

Pakistani Recipes 2016

پاکستانی لذیذ

کھانے پکانا سیکھیں



اجزاء:

آدھا کلو (درمیانے کٹوے کر لیں)	:	آلو
چار کھانے کے چمچ	:	کاجو پیسٹ
ایک کھانے کا چمچ	:	اورک پیسٹ
چار سے پانچ جوئے	:	لہسن
ایک چائے کا چمچ	:	کالا زیرہ
ایک عدد	:	تیز پتہ
دو، دو عدد (چوڑے)	:	ہری مرچ، پیاز
آدھا چائے کا چمچ	:	گرم مصالحہ
آدھا کپ	:	دہی
دو کھانے کے چمچ	:	دھنیا (کٹا ہوا)
حسب ضرورت	:	ہلدی، نمک، تیل

ترکیب:

- (۱) آلوؤں کو تیل میں اتا تلیں کہ وہ گولڈن براؤن ہو جائیں۔
 - (۲) کاجو، اورک اور لہسن کا پیسٹ بنالیں۔
 - (۳) پیسن میں چار کھانے کے چمچ تیل گرم کر کے زیرہ اور تیز پتہ ڈال کر فرائی کریں پھر پیاز اور ہری مرچیں شامل کر کے ہلکی آگ پر اتنا پکائیں کہ پیاز نرم ہو جائے۔
 - اب ہلدی، گرم مصالحہ اور دہی ڈال کر اتنا فرائی کریں کہ پانی بالکل خشک ہو جائے۔
 - (۴) کاجو پیسٹ اور دھنیا شامل کر کے ایک سے دو منٹ تک پکائیں۔
 - (۵) ڈیڑھ کپ پائے شامل کریں تاکہ گریوی بن سکے۔
 - (۶) بغیر ڈکے پانچ سے سات منٹ تک ہلکی آگ پر پکے دیں۔
 - (۷) فرائی ہوئے آلو شامل کر کے اس کو دھیمی آگ پر تین سے چار منٹ تک مزید پکائیں۔
- شاہی کاجو آلو تیار ہے۔

پراؤن اسکیورز وڈ ٹومیٹو سالسہ

اجزاء



ٹائیگر پراؤن آدھا کلو
(لال مرچ ایک چائے کالجی ہی ہوئی
لہسن کا پیسٹ ایک چائے کالجی
لیوں کا رس ایک کھانے کالجی
سرکہ ایک کھانے کالجی
کالی مرچ آدھا چائے کالجی
مسٹرڈ پیسٹ آدھا چائے کالجی
ٹمک آدھا چائے کالجی
زیتون کا تیل دو کھانے کالجی
ٹاشک انکس حسب ضرورت
ٹومیٹو سالسہ کے لیے
لال شملہ مرچ ایک عدد
ہری شملہ مرچ ایک عدد
ہری مرچ ایک عدد
(ٹماڑو عدد آٹھ ہوئے
ہری پیاز دو عدد
زیتون کا تیل ایک کھانے کالجی
پارسلے ایک کھانے کالجی
سرکہ دو چائے کالجی
ٹمک ایک چمقائی چائے کالجی
کالی مرچ آدھا چائے کالجی

ترکیب / اجزاء

ٹائیگر پراؤن پر پیسی لال مرچ، لہسن کا پیسٹ، لیوں کا رس، سرکہ، کالی مرچ، مسٹرڈ پیسٹ، ٹمک اور زیتون کا تیل لگا کر آدھے گھنٹے تک رکھ دیں۔
پھر انہیں ٹاشک انکس پر لگا کر درمیانی آگ پر دونوں طرف سے سینک لیں۔
ٹومیٹو سالسہ کے لیے: لال شملہ مرچ، ہری شملہ مرچ، ہری مرچ، اُبلے ٹماٹر، ہری پیاز اور پارسلے کو باریک کاٹ لیں۔
اب ان میں زیتون کا تیل، سرکہ، ٹمک اور کالی مرچ ڈال کر کس کریں اور چھینگوں کے ساتھ سرو کر دیں۔

چٹنی بھرے پمفرٹ

اجزاء



پمفرٹ مچھلی چار عدد

لیہوں چار عدد

(لال مرچ چھ عدد ثابت

ہری مرچ چھ عدد

لہسن کے جوئے چھ عدد

بلدی ایک چائے کا چمچ

سفید زیرہ ایک چائے کا چمچ

(کالی مرچ ایک چائے کا چمچ ثابت

سفید سرکہ دکھانے کے چمچ

تیل حسب ضرورت

نمک حسب ذائقہ

ترکیب / اجزاء

ثابت پمفرٹ مچھلی پر کٹ لگائیں۔

اب دھوئے بغیر ان پر سفید سرکہ لگا کر پانچ منٹ رکھ دیں۔

اس کے بعد دھو کر بلدی نمک اور لیہوں کا رس لگا کر رکھیں۔

پھر ثابت لال مرچ، ہری مرچ، ثابت کالی مرچ، سفید زیرہ اور لہسن کے جوئے ملا کر چٹنی پیس لیں۔

ساتھ میں تھوڑا سا نمک بھی چٹنی میں شامل کر دیں۔

اب ایک ایک مچھلی کے کٹ میں تھوڑی تھوڑی چٹنی بھر لیں۔

اس کے بعد کڑاہی میں تیل گرم کر کے اس میں مچھلی کو فرائی کریں۔

جب وہ گولڈن براؤن ہو جائیں تو نکال کر ٹشو پر رکھیں، تاکہ چکنائی جذب ہو جائے۔

مزے دار چٹنی بھرے پمفرٹ تیار ہیں۔

مولی پاک



اجزاء

پالک ایک کلو

مولی تین پاؤ

ہری مرچیں ۰ اعدد

لال مرچیں، نمک حسب ذائقہ

گھی تین چھٹانک

ترکیب/اجزاء

پالک کو سل پرپس کر رکھ لیں مصالحہ تیار کریں پھر اس میں مولی کے کتے ڈال کر اوپر سے ساگ بھی ڈال دیں اور مولی کو دم پر لگانے کے بعد ہری مرچیں کاٹ کر ڈالیں اور خوب بھونیں۔

جب گھی سالن چھوڑنے لگے تو چولہے سے اتار لیں اب سالن تیار ہے۔

فش مایوسانبل



اجزاء

فش آدھا کلو (بونس)
کالی مرچ آدھا چائے کا چمچ
ٹمک آدھا چائے کا چمچ
اٹل ایک عدد
میدہ آدھا کپ
: سائبل کے لیے
تیل چار کھانے کے چمچ
ادرک بسن کا پیسٹ دو چائے کے چمچ
(پیاز ایک عدد) باریک کٹی ہوئی
بجینی ایک کپ
بلدی آدھا چائے کا چمچ
لیموں کا رس دو کھانے کے چمچ
چلی پیسٹ ایک کھانے کا چمچ
مایونیز دو کھانے کے چمچ
کارن فلور ایک چائے کا چمچ
بری مرچ دو عدد
براؤنیا حسب ضرورت

ترکیب / اجزاء

مچھلی پر کالی مرچ، ٹمک اور اٹل الگا کر میری نیٹ کر لیں۔ پھر میدہ لگا کر فرائی کر لیں۔ سائبل کے لیے: تیل گرم کر کے اس میں ادرک بسن کا پیسٹ ڈال دیں۔ جب خوشبو آنے لگے تو اس میں پیاز شامل کریں۔ پیاز نرم ہو جائے تو اس میں بجینی ڈال دیں۔ پھر بلدی، لیموں کا رس، چلی پیسٹ اور مایونیز شامل کر لیں۔ جب اس میں اُبال آجائے تو کارن فلور پانی میں گھول کر ڈالیں۔ جب وہ گاڑھا ہو جائے تو اس میں مچھلی شامل کر دیں۔ اس کے بعد بری مرچ اور براؤنیا ڈال کر چولہا بند کر دیں۔



اجزاء:

مٹن (بڑے چوکور ٹکڑے)	:	آدھا کلو
دہی	:	6 کھانے کے چمچ
پیاز، لہسن کے جوئے	:	3،3 عدد (باریک کئے ہوئے)
لال مرچ	:	دو عدد
ادرک پیسٹ	:	دو کھانے کے چمچ
بادام چھلے ہوئے	:	16 عدد
خشخاش، کالی مرچ اور زیرہ	:	دو چائے کے چمچ
بڑی وچھوٹی الائچی	:	3،3 عدد
زعفران	:	6 پتیائیں
تازہ دھنیا	:	3 کھانے کے چمچ
تیل، نمک	:	حسب ضرورت

ترکیب:

- (۱) دو پیاز، ادرک، لہسن، لال مرچ اور باداموں کو بلینڈر سے پیسٹ بنالیں۔ اس میں خشخاش، زیرہ اور کالی مرچ شامل کر کے چند سیکنڈ کے لئے چیس لیں۔ تھوڑے سے تیل میں باقی پیاز سنہری کر لیں۔ پھر اس میں ددوؤں قسم کی الائچی، گوشت اور نمک ملا لیں۔ اب بلینڈ کیا ہوا آمیزہ ڈال کر دس منٹ تک تلیں۔
- (۲) شور پے خشک کر کے دہی ڈال دیں۔
- (۳) اب ملنا شروع کریں اور اس وقت تلیں جب تک سبھی علیحدہ ہونے لگے۔ اس میں ددک پانی اور زعفران ملا کر ڈھانپ کے بلی آئین پر پکائیں حتیٰ کہ گوشت نکل جائے اور شور پے گاڑھا ہو جائے۔
- (۴) دھنیے کے پتے چھڑک کر گرم گرم پیش کریں۔

میوے دار زردہ

اجزاء



چاول ایک کلو
چینی ایک کلو
گھی ایک پاؤ
زعفران تین ماشہ
مٹک چار رتنی
عرق گلا آدھا پاؤ
بادام کی گریاں آدھا پاؤ
پستہ آدھا پاؤ
سکشش آدھا پاؤ
لوگت حسب ضرورت
چھوٹی الائچی حسب ضرورت

ترکیب / اجزاء

چینی پانی میں گھول کر شیرہ بنالیں اور زعفران اور مٹک عرق گلاب میں پیس شیرے میں ملا دیں۔
اب چاولوں کو پانی کے ساتھ تیلے میں ڈال کی پکائیں مگر یاد رہے انہیں ادھ گھٹنا رکھنا ہے چاولوں کو
پکانے ترکیب یہ ہے کہ پہلے تیلے میں تھوڑا گھی ڈال کر تیلے کو آگ پر رکھیں اور اس میں چند لونگ
اور چھوٹی الائچی ڈال کر اس کے نیچے آگ جلا دیجیے جب الائچیاں بھن کر سرخ ہو جائیں تو چاول
تیلے میں ڈال کر بھجیوے۔

پھر ان میں تھوڑا پانی ڈال دیجیے چاول پک جانے کے بعد ان میں شیرہ بڈال لیں اور ایک جوش آنے پر
گھی ڈال دیجیے جب چاول پوری طرح پختہ ہو جائیں تو میوہ ڈال دیجیے۔
چاولوں کے نیچے آگ اس ج جلائیں کہ انکی آج کی کسی وقت بھی تیز نہ ہو۔
دم دینے کے بعد ڈش میں ڈال دیں مزیدار میوے دار زردہ تیار ہے۔

فش پلاؤ



اجزاء

سرمنی فش آدھا کلو
(چاول تین سو گرام) (بھیکے ہوئے)
ادرک لہسن کا پیسٹ ایک کھانے کا چمچ
(گرم مصالحہ ایک چائے کا چمچ) (پسا ہوا)
بلدی ایک چائے کا چمچ
نمک حسب ذائقہ
تیل حسب ضرورت
گھی آدھا کپ
پیاز دو عدد
(گرم مصالحہ حسب ضرورت) (ثابت)
ہری مرچ چار سے پانچ عدد
کڑی پتے دس سے بارہ عدد
سفید زیرہ ایک چائے کا چمچ
کالازیرہ ایک چائے کا چمچ
(نمٹا اردو عدد) (اُبلے چھوٹے کٹے ہوئے)

ترکیب/اجزاء

پہلے پھلی کے چھوٹے چھوٹے کٹ لیں۔
پھر ان میں ادرک لہسن کا پیسٹ، پسا گرم مصالحہ، بلدی اور تھوڑا سا نمک لگا کر میری نیت کر لیں۔
اب انھیں تھوڑے سے تیل میں شیل فرائی کر کے ایک طرف رکھ دیں۔
پھر ایک پین میں گھی گرم کر کے پیاز، نمٹا گرم مصالحہ، ہری مرچ، کڑی پتے، سفید زیرہ اور کالازیرہ شامل کر کے ایک سے دو منٹ تک بھونیں۔
پھر اس میں سوا سے ڈیڑھ گلاس تک پانی شامل کریں۔
جب پانی گرم ہو جائے تو بیٹھے ہوئے چاول شامل کر دیں۔
جب چاول پھول کر اوپر آنے لگیں تو اس میں نمٹا اردو فرائی کر دی ہوئی پھلی شامل کر کے کس کریں اور آٹھ سے دس منٹ کا دم دے دیں۔
تیار ہونے پر گرم گرم نکال کر سرو کریں۔



اجزاء:

آدھا کلو	:	قیہ
180 گرام	:	گھی
پانچ گرام	:	خشخاش
پانچ گرام	:	زیرہ
چار عدد	:	کالی مرچیں
دو عدد	:	بڑی الائچی
چار عدد	:	انڈے
حسب ذائقہ	:	نمک

ترکیب:

- (۱) قیہ کو خوب باریک پیس لیں اور سب مصالحے خوب باریک پیس کر اس میں ملا دیں۔ پھر انڈوں کو ابال کر چھل لیں۔
- (۲) قیہ کی ٹکیاں بنا کر ایک ایک ٹکیہ میں ثابت انڈا رکھ دیں۔
- (۳) قیہ کو ہر طرف سے درست کر لیں اور زیادہ بہتر یہ ہوگا کہ ان پر دھاگہ لپیٹ دیں۔ اب گھی گرم کر کے ان ٹکیوں کو احتیاط سے سرخ کر لیں۔
- (۴) جب ٹکیاں سرخ ہو جائیں تو ان میں اتنا پانی ڈال دیں جس سے یہ گل جائیں۔ گل جانے پر ڈش میں نکال کر دھاگہ الگ کر لیں اور چاقو سے چار ٹکڑے کر کے ہری مرچوں اور پیاز کے ٹکڑوں سے سجادیں۔



تجاری کا وقت	15 منٹ
پکانے کا وقت	25 منٹ
افراد	4 عدد

اجزاء

مٹر	آدھا کلو
کاج چیز	200 گرام
نمک	حسب ذائقہ
لہسن	ایک چائے کا چمچ
پیاز	ایک عدد
نمائز	2 عدد
لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
زیرہ	ایک چائے کا چمچ
پسا ہوا دھنیا	ایک چائے کا چمچ
کالی مرچ	ایک چائے کا چمچ
پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
دودھ	آدھی پیالی
فریش کریم	آدھی پیالی
ہر ادھنیا	آدھی گڈی
تیل	حسب ضرورت

ترکیب / اجزاء

کاج چیز کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ کر فریج میں ٹھنڈا کر لیں
 چھوٹی کڑائی میں ایک پیالی گرم تیل میں خشک پیاز کا بیج چیز کے ٹکڑوں کو ذیاب فرائی کریں
 پین میں 6 کھانے کے چمچے تیل میں کٹی ہوئی پیاز کو فرائی کریں
 پھر اس میں نمائز ڈال کر بھون لیں کہ نمائز کا پیسٹ بن جائے
 پیسٹ میں لہسن، نمک، لال مرچ، پسا دھنیا اور زیرہ ڈال کر فرائی کریں
 پھر نمائز ڈال کر بھونیں، دھنیا بونے ہوئے دودھ کا پھینٹا ڈالنے جائیں
 تالہ مڑا بھی طرح گل جائیں
 آخر میں کاج چیز ڈال کر گلائیں کریم گرم مصالحہ ہر ادھنیا چمک کر پانچ منٹ کے لیے دم پر رکھ دیں



اجزاء:

چکن	: 300 گرام (کیوبز میں کاٹیں)
چاول	: دو کپ (بھگولیں)
ٹماٹر، پیاز	: ایک ایک عدد (باریک کاٹ لیں)
ہری مرچ	: چار سے پانچ عدد (کاٹ لیں)
آلو بخارا	: 6 سے 7 دانے
لال مرچ (کٹی ہوئی)	: ایک کھانے کا چمچ
نمک	: حسب ذائقہ
تیل	: 1/4 کپ
ادرک، لہسن پیسٹ	: دو کھانے کے چمچ
گرم مصالحہ	: حسب ضرورت

ترکیب:

- (۱) تیل میں پیاز تھوڑا سا لال کر کے اس میں ادرک، لہسن پیسٹ شامل کر دیں۔
- تین سے چار منٹ پکانے کے بعد گرم مصالحہ شامل کر دیں۔
- (۲) چار سے پانچ منٹ پکانے کے بعد گرم مصالحہ شامل کر دیں۔
- چکن شامل کر کے اس کو اچھی طرح سے بھون لیں۔
- (۳) دس منٹ بھوننے کے بعد اس میں ڈیڑھ گلاس پانی ڈال دیں۔
- پانی گرم ہو جائے تو اس میں بھیکے ہوئے چاول شامل کر دیں۔
- (۴) چاول سارا پانی جذب کر لیں تو اس کو اچھی طرح نکس کر لیں اور ڈھک کر دم دیں۔
- (۵) چکن پلاؤ تیار ہے۔



اجزاء:

سٹرابری	:	6 عدد
پپیٹہ، امروہ	:	آدھا، آدھا کلو
لیموں	:	2 عدد
کینو کارس	:	ایک کپ
کالی مرچ	:	آدھا چائے کا چمچ
لال گٹی ہوئی مرچ	:	آدھا چائے کا چمچ
چاٹ مصالحہ	:	آدھا چائے کا چمچ
چینی	:	دو چائے کے چمچ

ترکیب:

- (1) تمام پھلوں کو باریک کاٹ کر اس میں لیموں نچوڑ کر اور کینو کارس اور تمام مصالحہ ڈال کر مکس کر لیں۔
فریج میں ٹھنڈا ہونے کے لئے رکھ دیں۔ جب چاہیں سرو کریں۔



ڈیپ فرائیڈ چکن ونگز

اجزاء:

مرغی کے ونگز (Wings)	:	ایک کلو (صاف شدہ)
میدہ	:	آدھا کلو
کارن فلوور	:	آدھا کپ
نمک	:	ایک چائے والی چمچ
سرکہ	:	پانچ چائے والے چمچ
جینی	:	ایک کھانے والا چمچ
گرم مصالحہ پاؤڈر	:	ایک چائے والی چمچ
ادرک	:	تین سلائس
ہری پیاز	:	تین عدد (کٹی ہوئی)
سویا ساس	:	پانچ کھانے والے چمچ

ترکیب:

(۱) مرغی کے بازوؤں پر سرکہ، ادرک، ہری پیاز، سویا ساس اور جینی لگا کر دو گھنٹے کے لئے Marinade ہونے دیں۔

(۲) ایک پیالے میں میدہ، کارن فلوور، نمک اور گرم مصالحہ ملا کر رکھ دیں۔

(۳) ایک کڑائی میں چار سے چھ کپ تیل گرم کریں۔ مرغی کے بازوؤں میں میدہ کے مکچر میں دبا کر رول کر کے ایک طرف رکھیں۔ تیل گرم ہو جائے تو ان کو تیل کر گولڈن براؤن کر لیں گرم گرم ”چکن ونگز“ تیار ہیں۔

نوابی بریانی

اجزاء:



کمرے کی چائیں	آدھا کلو
چکن لیگ پیس	آدھا کلو
چاول	تین پیالی
نمک	حسب ذائقہ
ادرک لہسن پسا ہوا	دو کھانے کے چمچ
پیاز	تین عدد درمیانی
نماثر	تین عدد
پس ہوئی لال مرچ	ایک کھانے کا چمچ
سفید زیرہ	ایک کھانے کا چمچ
دہی	آدھی پیالی
ٹاٹ گرم مصالحہ	ایک کھانے کا چمچ
ہری مرچیں	چار سے چھ عدد
ہرا دھنیا	آدھی گھٹی
کھویا	آدھی پیالی
بادام پستے	ایک پیالی
ڈالڈا VTF بنا پتی	آدھی پیالی

ترکیب:

چکن اور چانیوں کو صاف دھو لیں اور چکن کو فریج میں رکھ دیں، ہری مرچیں، ہرا دھنیا، زیرہ، ادرک لہسن اور آدھی پیالی بادام پستوں کو دسی کے ساتھ بلینڈر میں پیس کر پیسٹ بنالیں۔

پھر اس میں نمک ملا کر چانیوں کو اس سے میرینیٹ کر کے رکھ دیں، پیاز کو ڈالڈا VTF بنا پتی میں سنہری فرانی کر کے رکھ لیں اور اسی چین میں ٹاٹ گرم مصالحہ ڈال کر کوڑ کر لیں۔

پھر اس میں مصالحہ لگی ہوئی چائیں ڈال کر لمبی آنچ پر پکے رکھ دیں، جب چائیں ادھ گھٹی ہو جائے تو اس میں لال مرچ اور چکن ڈال کر اچھی طرح ملا لیں اور نماثر کے تیلے ڈال کر ڈھک دیں۔

چاولوں کو پھلے ہوئے بادام پستے اور چھوٹی الائچی کے ساتھ نمک ڈال کر ایک کئی اہال لیں اور چھلنی میں چھان لیں۔

بڑے چین میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا VTF بنا پتی ڈال کر آدھے چاول پھیلا کر ڈالیں اور اس پر چائپ اور چکن والا مصالحہ ڈال دیں۔

اوپر سے فرانی کی ہوئی پیاز ڈال کر بقیہ چاول ڈال دیں اور کھویا ڈال کر لمبی آنچ پر دم پر رکھ دیں۔



اجزاء:

مرغی کی بخنی	:	آٹھ کپ
مرغی کے گوشت کے ٹکڑے	:	250 گرام
بند گو بھی و مشروم	:	ایک ایک کپ
ادرک	:	چار سلاکس
سویا ساس	:	دو چائے کے چمچ
نمک	:	حسب ذائقہ
لاہوری پالک (ثابت پتے)	:	بارہ عدد

ترکیب:

- (۱) مرغی کے گوشت کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے ان پر ایک انڈے کی سفیدی، ایک چائے کا چمچ کارن فلور، تھوڑا سا نمک اور آدھی چمچی اجینو موتو لگا دیں۔
- (۲) بخنی کو گرم کریں، ایلنے لگے تو گوشت دال دیں اور پھر بنزیاں دال کر چند منٹ پکائیں۔ جب گوشت نرم ہونے لگے تو نمک، سویا ساس، اجینو موتو بھی ڈال دیں۔ پیالے میں ڈال کر پیش کریں۔ تازہ ادرک کی خوشبو اور سطح پر تیرتے ہوئے پالک کے پتے اس سوپ کو منفرد بنا دیتے ہیں۔



اجزاء:

آلو	:	آدھا کلو (اُبال کر چھولے ٹکڑے کر لیں)
سفید کابلٹی پنے	:	آدھا کلو (بھگو دیں)
دھلی ہوئی مسوری دال	:	آدھا کپ
لیووں	:	ایک عدد
پٹھا سوڈا	:	ایک چائے کا چمچ
ٹماٹر	:	4 عدد (باریک گول تھلے)
ہری مرچ	:	6 عدد (باریک کٹی ہوئی)
پودینہ گھٹی	:	آدھی گڈی (باریک کٹا ہوا)
اٹلی کی کھنی میٹھی پٹنی	:	حسب ضرورت
سوڈھ (تسی ہوئی) چاٹ مصالحہ	:	آدھا کھانے کا چمچ
نمک	:	حسب ذائقہ
سفید زیرہ (بھنا ہوا)	:	آدھا کھانے کا چمچ
پیاز	:	3 عدد (لچھے دار کاٹ کر نمکین پانی میں بھگو دیں)

ترکیب:

- (۱) بھیکے ہوئے چنوں کا پانی پیسٹیک دیں،
دو بارہ پانی ڈال کر مسوری دال ڈال کر بھکی آٹچ پر چڑھا دیں،
جب پنے ڈرا گل جائیں تو سوڈا ڈال دیں۔
- (۲) مسوری دال زیادہ دیر تک پکنے کی وجہ سے گریوی بہت اچھی بن جاتی ہے
جب پنے اور دال اچھی طرح مکس ہو جائیں تو تھورا زیرہ، سوڈھ اور نمک ڈال کر اچھی طرح ملائیں۔
- (۳) جب پیش کرنا ہو تو ہر مصالحہ، چاٹ مصالحہ، آلو، ٹماٹر،
پیاز، لیووں اور کھنی میٹھی پٹنی الگ الگ رکھ کر پیش کریں۔
چاٹ میں کبھی بھی ایک ساتھ مصالحے نہ ملائیں
ورنہ دوسرے دن چاٹ استعمال کے قابل نہیں رہتی۔ اور پیاز پانی چھوڑ دیتے ہیں۔



اجزاء:

بڑا گوشت	:	آدھا کلو
پیاز کے کلوے	:	ایک پوٹی
سبھی	:	ساٹھ
لہسن	:	دو پوٹی
ہری مرچ	:	دو عدد بڑی
سویا ساس	:	چارٹی لیٹر
چینی	:	تیس گرام
میدہ، سرخ مرچ	:	دس گرام
نمک	:	حسب ضرورت

ترکیب:

- (۱) گوشت اور پیاز کو فرائی پان میں ڈال کر پانی میں ڈوبولیں۔ پندرہ منٹ تک رکھیں اب پانی الگ کر لیں۔ سبھی اور لہسن کو فرائی پان میں کڑکرائی۔
- (۲) گوشت ڈال دیں، پیاز، بند گو بھی اور ہری مرچ چھڑک کر ایک دو منٹ تک پکائیں۔ میدہ کا پیسٹ ڈال کر سب چیزیں ملا دیں گاڑھا ہو تو اتاریں اور گرم گرم پیش کریں۔

بھنڈی اور پیاز



اجزاء

بھنڈی آدھا کلو

ٹماٹر ایک پاؤ

پیاز ایک پاؤ

ہری مرچ سات عدد

گھی آدھا پاؤ

نمک حسب ضرورت

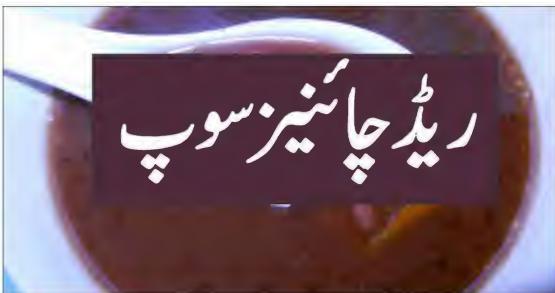
سرخ مرچ حسب ضرورت

پسا ہوا گرم مصالحہ حسب ضرورت

ترکیب / اجزاء

بھنڈیوں کو دو دو یا تین تین ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ پیاز لچھوں کی شکل میں کاٹ کر رکھ لیں اور ٹماٹر بھی کاٹ کر رکھ لیں۔

پھر پیاز کے باقی لچھے اور ٹماٹر ڈال کر بھون لیں پھر تھوڑا پانی ڈال کر دم دیں اور گرم مصالحہ چھڑک کر نوش فرمائیں۔



اجزاء:

شک جینگا	:	ایک بڑا جج
چکن قیمہ	:	آدھا کپ
کھنمب	:	چھ عدد
بجنی	:	چار کپ
ہرے مٹر	:	آدھا کپ (دانے)
سرخ لوبیا	:	دو بڑے جج
نمک، سیاہ مرچ	:	حسب ضرورت
کھٹی چٹنی	:	آدھا کپ

ترکیب:

- (۱) کھنیں اور شک جینگے پانی میں ایک گھنٹہ بھگو دیں۔ سرخ لوبیا بھی بھگو دیں۔ بجنی کو ایک بڑے ساس پین میں گرم کریں بجنی اُبلنے لگے تو کھنیں شامل کر دیں۔
- (۲) دس منٹ بعد چکن قیمہ ڈال دیں۔ مٹر اور لوبیا بھی ڈالیں اور مزید پندرہ منٹ تک دھیمی آنچ پر پکے دیں اب اس میں کھٹی ساس ملا دیں سوپ کو جج سے آہستہ آہستہ ہلاتے جائیں۔
- (۳) سوپ تیار ہونے پر پیالے میں نکال لیں۔ بہت لذیذ اور چٹ پٹا سوپ بے حد مزہ دے گا۔

مٹر چکن چانپ

اجزاء



مرغ کی چانپیں دس عدد
بجنی دو بڑے تچے
کارن فلور دو بڑے تچے
گھی یا تیل دو بڑے تچے
جے ہوئے مٹر ایک پیکٹ
سویا ساس دو چھوٹے تچے
سیاہ مرچ حسب پسند
چینی حسب ضرورت
نمک حسب ضرورت

ترکیب/اجزاء

جے ہوئے مٹر کو گرم کریں ان میں نمک، سیاہ مرچ اور کارن فلور ڈال دیں۔
فرائی پین میں گھی گرم کر کے چانپیں فرائی کر لیں مٹروں کو بجنی، سویا ساس
اور چینی کے ساتھ ابالیں۔
اب مٹروں کے آمیزے اور چانپوں کو یکجا کر کے تین منٹ فرائی کریں۔
مزیدار چکن مٹر چانپ تیار ہے۔



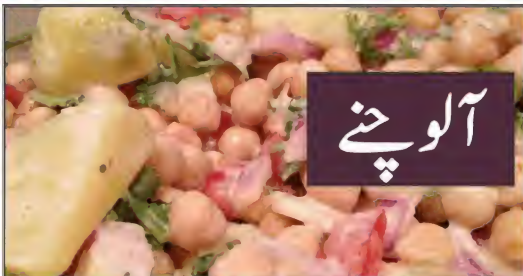
لیمن اور جھنجر چکن

اجزاء:

دو عدد	:	مرغی کے سالم سینے
تین عدد	:	انڈوں کی سفیدیاں
ڈبڑھ کھانے کا چھ	:	کارن فلور
تین کے لئے (چارپ)	:	تیل
چوتھائی کپ	:	لیمن جوس
دو عدد	:	کنور چکن کیوب
دو چائے والی چھ	:	ادرک (کس شدہ)
ایک کھانے کا چھ	:	کارن فلور، شہد
دو کھانے کے چھ	:	چینی

ترکیب:

- (۱) سینوں کے گوشت کو درمیانہ ہڈیوں سے الگ کر لیں باریک اور لمبائی میں کاٹ لیں۔ سفیدیوں کو ہلکا سا پھینٹ کر گوشت میں کس کریں اور تیل میں تھل تھل کر گولڈن کر کے نکالے جائیں حتیٰ کہ تمام گوشت فرائی ہو جائے۔
- (۲) پانی گرم کر کے کنور چکن کیوب ڈالیں جب گل جائیں تو بقیہ اشیاء ڈال کر پکائیں۔ (ادرک کے قلعے اس طرح کاٹیں کہ وہ بالکل پتلے ہوں) جب ساس پکنے کے بعد گرمی ہو جائے تو جس تیل میں چکن کو فرائی کیا تھا اس میں سے ایک کھانے کا چھ تیل لے کر ساس میں شامل کریں۔ گرم گرم ساس کو چکن کے اوپر ڈال دیں اور ہری پیاز کا پھول بنا کر اس پر سجادیں۔



اجزاء:

250 گرام (اُبال کر چھلکا اتار کر کاٹ لیں)	:	آلو
آدھا کلو (رات بھر بھگو دیں)	:	سفید چنے
3 عدد (باریک کاٹ لیں)	:	پیاز
3 عدد (باریک کاٹ لیں)	:	ٹماٹر
حسب ذائقہ	:	نمک و سرخ مرچ
3 عدد (رس نکال لیں)	:	لیموں
حسب پسند	:	اچھور یا اٹلی
3 عدد (کاٹ لیں)	:	سبز مرچیں
حسب ضرورت	:	میٹھا سوڈا

ترکیب:

- (1) چنوں کو سوڈا لگا کر آدھا گھنٹہ پڑا رہنے دیں پھر دھو لیں اور نکر میں ڈال کر پنے اُبال لیں۔ جب گل جائیں تو اتار لیں۔ اب ایک ڈش میں آلو اور پنے ملائیں اور اس میں پیاز، ٹماٹر، ہری مرچیں، نمک اور سرخ مرچیں ملائیں۔ پھر اٹلی کا پانی اور لیموں کا رس ڈال کر ملائیں۔ نہایت لذیذ آلو چنے تیار ہیں۔



اجزاء:

اندے	:	تین عدد
میدہ	:	ایک کپ
چینی	:	تین سے چار کپ
بیکنگ پاؤڈر	:	ڈیڑھ چائے کا چمچ
آئل یا کھن	:	تین سے چار کپ

ترکیب:

- (۱) اندے اور آئل پانچ منٹ کے لئے پھینٹیں، پھر اس میں چینی شامل کر کے مزید پانچ منٹ کے لئے پھینٹتے جائیں۔ اس میں بیکنگ پاؤڈر شامل کریں تھوڑا سا مزید پھینٹیں اور پھر میدہ شامل کر دیں Cup cakes کے لئے آمیزہ تیار ہے۔ بازار میں عام طور پر چھوٹے سائز کے پیئز مل جاتے ہیں اور Cup cakes کے لئے پیپر کپس بھی ملتے ہیں۔ جو بھی Pan لیں اس میں ہلکا سا آئل لگا کر چٹکی بھر میدہ چھڑکیں اور آمیزہ ڈال دیں۔ پہلے سے گرم شدہ اوون میں دس سے پندرہ منٹ تک بیک کریں۔ اگر چاہیں تو اوپر کئے ہوئے اخروٹ یا بادام وغیرہ بھی چھڑک دیں۔



اجزاء:

تکوں کا تیل، سویا سوس	:	دو کھانے کے چمچ
دھنیا پاؤڈر، لیموں کا سوس	:	دو دو کھانے کے چمچ
ہلدی، سفید زیرہ (پسا ہوا)	:	ایک ایک کھانے کا چمچ
براؤن شوگر، سرخ مرچ پاؤڈر	:	ایک ایک چائے کا چمچ
مرغی کے سینے کا گوشت	:	آدھا کلو
تیل	:	دو کھانے کے چمچ
موجک پھلی کا مکھن	:	سو گرام
لیموں کے قلعے و ہر ادھنیا	:	سجاوٹ کے لئے
نمک	:	حسب ذائقہ
پیاز چھوٹی سی (چورہ شدہ)	:	ایک عدد

ترکیب:

(۱) ایک پیالے میں سویا سوس، تکوں کا تیل، لیموں کا جوس، ہلدی، دھنیا اور نمک ڈال کر ملائیں۔ مرغی کے سینے کے گوشت کو ایک ایک انچ چوکور بوٹیوں کی شکل میں کاٹ کر سویا سوس والے پیالے میں ڈال کر اچھی طرح ملائیں۔

(۲) پیالے کو ڈھانپ کر کم از کم ایک گھنٹے کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ گوشت کو بانس کے ٹکڑوں پر کیے بعد دیگرے پرولیں۔ ایک ساس چین میں دو چمچ تیل گرم کر کے چورہ شدہ پیاز فرنی کریں اور پھر لال مرچ پاؤڈر ڈال دیں اور ساتھ ہی Peanut batta اور براؤن شوگر بھی ڈال کر بھوئیں اور پھر گوشت کا بچا ہوا مہالہ ڈال کر چند منٹ پکائیں اور ساس تیار کر لیں۔ گوشت والے ٹکڑوں کو گرم ادون میں یا کوئلوں کی آگ پر جالی پر رکھ کر بھون لیں ایک پلیٹ میں "ساتے" رکھ کر ساتھ لیموں کاٹ کر رکھیں اور پیالی میں تیار شدہ ساس بھی شامل کریں۔

شاہی پراٹھا

اجزاء



میدہ اڑھائی کپ

آنا ڈیڑھ کپ

نمک حسب ذائقہ

چینی ایک کپ

گھی ڈیڑھ کپ

دودھ اور پانی گوندھنے کے لیے

(ڈرائی فروٹس ایک کپ کٹے ہوئے)

ترکیب / اجزاء

میدے اور آنے کو اکٹھا چھان لیں۔

اس میں نمک، چینی اور آدھا گھی اچھی طرح مکس کر لیں۔

اب پانی اور دودھ ڈال کر گوندھ لیں۔

ایک چھوٹا پیڑا بنا کر نیل لیں۔

اس کے اوپر ڈرائی فروٹس پھیلا کر دوسرا پیڑا نیل کر رکھیں اور کنارے اچھی طرح جوڑ لیں۔

توے پر دونوں طرف سے سینک کر گھی لگائیں اور تیار ہونے پر گرم گرم سرو کریں۔



اجزاء:

مرغی سالم	:	ایک عدد
پانی	:	تین کپ
سرکہ	:	چوتھائی کپ
شہد	:	چوتھائی کپ
میدہ	:	چار کھانے کے چمچ
نمک	:	ایک کھانے کا چمچ
تیل	:	چار کپ
سویا سوس	:	آدھا کپ

ترکیب:

- (۱) سالم مرغی کو ایلے نمکین پانی میں ڈال کر بیس منٹ تک پکائیں پھر بخنی میں سے نکال کر ٹھنڈے پانی سے دھو کر خشک کر لیں (بخنی کا سوپ بنالیں یا چاولوں میں ڈال لیں)۔
- (۲) ایک کھلے برتن میں سویا سوس، سرکہ اور شہد ملا دیں۔ ایک برش کی مدد سے یا مرکب چکن پر وقفے وقفے سے لگاتے جائیں پھر میدے میں نمک ملا کر مرغی کو اس میں رول کریں اور بیس منٹ کے لئے رکھ دیں۔
- (۳) تیل گرم کر کے چکن کو چاروں طرف سے فرائی کر کے براؤن کر لیں۔ بڑی ڈش میں سبزیوں کو بھاپ میں گلا کر خوبصورتی سے کاٹ کر رکھیں اور اس پر فرائی شدہ چکن رکھ کر پیش کریں۔



اجزاء:

ایک پاؤ (چھوٹے ٹکڑے)	:	چکن (بغیر ہڈی)
سوگرام (تیلیوں کی شکل میں کٹی ہوئی)	:	گاجر
سوگرام	:	بند گوبھی
سوگرام	:	پیاز کے چوکور ٹکڑے
آدھا کپ	:	آئل
تین چوتھائی کپ	:	بھنی مرغی کی
حسب ذائقہ	:	سیاہ مرچ تازہ پسٹی ہوئی
حسب ذائقہ	:	نمک
دو چائے کے چمچ	:	سویا ساس
تین چائے کے چمچ	:	ایجنو موٹو
ڈیڑھ سوگرام	:	نوڈلز (ہاریک نڈز یا دھونٹی)

ترکیب:

(۱) پانی کو ابالیں اور نوڈلز ڈال کے چند منٹ ابال لیں۔ ابھی خاصی سخت ہوں تو چھلکی میں ڈال کر پانی نیچوڑ دیں اور نوڈلز پر سے ٹھنڈا لٹکے کا پانی بہائیں۔ آدھا تیل کڑا ہی میں گرم کر کے اسی تیل میں چکن خرائی کر لیں بنزیوں کو باری باری تل کر نکال لیں۔ اسی تیل میں چکن خرائی کریں اب پون کپ بھنی ڈال کر ڈھانپ دیں۔ جب بھنی کافی حد تک خشک ہو جائے تو تمام مصالحے چکن میں ڈال دیں۔ مصالحے ڈالنے کے ساتھ ہی نوڈلز بھی ملا دیں۔ پکے ہاتھوں سے ان کو گوشت اور مصالحوں کے ساتھ مکس کرتے ہوئے خرائی کریں۔

(۲) جب نوڈلز اچھی طرح مکس اور خرائی ہو چکیں تو تلی ہوئی بنزیوں بھی شامل کر دیں اور نوڈلز کو گوشت کے ساتھ مکس کر لیں۔ آخر میں ہری پیاز کی بنز حصے کی چند چٹائیں تقریباً دو انچ لمبی کاٹ کر اوپر چھڑک دیں اور گرم گرم پیش کریں۔



اجزاء:

چکن بغیر ہڈی کے	:	900 گرام
نمک	:	دس گرام
قصور میٹھی کاسٹوف	:	دو گرام
ادریک، لہسن کا پیسٹ	:	30 گرام
سبز مرچیں (کٹی ہوئی)	:	دس گرام
سبز دھنیا (کٹا ہوا)	:	دس گرام
سرکہ	:	پانچ گرام
تیل	:	70 گرام
چھنا ہوا آئین	:	25 گرام
ڈبل روٹی کا تازہ چورہ	:	40 گرام
اٹے کی زردی (پھینٹی ہوئی)	:	چھ عدد

ترکیب:

- (۱) نمک، میٹھی کا پاؤڈر، ادریک، لہسن پیسٹ، سبز مرچ، سبز دھنیا اور سرکہ کو اچھی طرح ملائیں اور چکن کے ٹکڑوں کے کھانے کے لئے فریز ہونے دیں۔
- تیل گرم کریں اور آئین فراہم کر لیں اب اس میں چکن ڈال کر تین سے پانچ منٹ تک پکائیں تاکہ یہ جزوی طور پر پک جائے۔
- (۲) اب اس میں ڈبل روٹی کا چورہ بھی ملا دیں اور پھیلا کر رکھ دیں تاکہ خشکا ہو جائے۔ چکن کو تیل پر لگائیں اور تندور میں اچھی طرح روست کر لیں اور پھر ٹکڑوں پر اٹھوں کی زردی اچھی طرح لگائیں اور ایک مرتبہ پھر تندور میں روست کر لیں۔ حتیٰ کہ اٹھوں کی زردی کا رنگ سنہری مائل سرخ ہو جائے۔ اب تیخ نکال لیں اور پیاز پودینے کی چٹنی کے ساتھ گرم گرم پیش کریں۔



اجزاء:

چکن بریسٹ (بغیر ہڈی)	:	چار عدد۔ 800 گرام
جائفل پاؤڈر	:	آدھا چائے کا چمچ
سبز مرچ (پارک کٹی ہوئی)	:	چار سے چھ عدد
گرم مصالحہ پاؤڈر	:	دو چائے کے چمچ
ادرک (کٹا ہوا)	:	ایک انچ کا ٹکڑا
شہد	:	ایک کھانے کا چمچ
لہسن (کٹا ہوا)	:	پانچ چھ جوے
لیمن جوس	:	آدھا کھانے کا چمچ
دہی	:	۲۳ کپ
نمک	:	حبذا لقتہ
پنیر، مکھن، تازہ کریم	:	چوتھائی کپ

ترکیب:

- (۱) سبز مرچ، ادرک اور لہسن کو چیس لیں۔ اور چکن کے ٹکڑوں پر اچھی طرح سے لگا دیں اور پندرہ منٹ کے لئے ڈھانپ کر رکھ دیں۔
- (۲) پانی نلکے دہی میں پنیر، کریم، جائفل پاؤڈر، گرم مصالحہ پاؤڈر، شہد، لیمن جوس اور حبذا لقتہ نمک کس کر کے اچھی طرح سے ہلائیں۔ اور چکن کے ٹکڑوں کو اس آمیزے میں ڈبو کر تین گھنٹوں کے لئے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔
- (۳) چکن کے ٹکڑوں کو جالی پر رکھ کر روست کر لیں۔
- (۴) اپنی پسندیدہ چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔



اجزاء:

دو کپ	:	بیس
ایک ایک عدد (گول قتلے کاٹ لیں)	:	پیاز، آلو
ایک عدد (گول قتلے کاٹ لیں)	:	شملمہ مرچ
1/4 پھول (کاٹ لیں)	:	بند گو بھی
چند پتے	:	پالک
ایک، ایک چائے کا چمچ	:	کھٹائی پاؤڈر، ثابت زیرہ
ایک ایک چائے کا چمچ	:	زیرہ اور دھنیا (کٹا ہوا)
ایک چائے کا چمچ	:	لال مرچ (کٹی ہوئی)
حسب ذائقہ	:	نمک
فرائی کے لئے	:	تیل

ترکیب:

- (۱) پیالے میں تمام سبزیوں کے قتلے، پالک کے پتے اور تمام اجزاء اکس کر لیں۔
- (۲) پانی ڈال کر گاڑھا آمیزہ بنالیں اور گرم تیل میں پکوڑوں کی طرح تیل لیں۔
- (۳) سنہری ہو جانے پر پلیٹ میں نکال کر چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

ادرک کے مصالحے دار چوپس



اجزاء

ویل کے چوپس آدھا کلو

دہی ایک پیالی

ادرک کا پیسٹ دو کھانے کے چمچ

لال مرچ ایک کھانے کا چمچ کٹی ہوئی

سویا سوس دو کھانے کے چمچ

سفید سرکہ دو کھانے کے چمچ

نمک حسب ذائقہ

تیل ایک پیالی

لیموں تین عدد

کالی مرچ ایک چائے کا چمچ کٹی ہوئی

ترکیب / اجزاء

چوپس کو اچھی طرح دھو کر دیکھی میں ڈال دیں۔ ساتھ ہی اس میں دہی، ادرک کا پیسٹ، لال مرچ، سویا سوس، سفید سرکہ اور نمک ڈال کر ابال لیں۔ جب پانی خشک ہو جائے تو فرائننگ پین میں تیل گرم کر کے چوپس کو ہلکا ہلکا فراٹی کریں۔ اب انھیں دوبارہ دیکھی میں ڈال کر لیموں کا رس اور کالی مرچ شامل کر کے تو سے پر دم دیں۔ پانچ سے دس منٹ بعد مٹا لے دار چوپس گرم گرم نان کے ساتھ سرو کریں۔



اجزاء:

گوشت	:	آدھا کلو
سبھی	:	60 گرام
پسی ہوئی کالی مرچ	:	30 گرام
ادرک	:	ایک چھوٹی کانٹھ
لہسن	:	ایک گڈی
نمک	:	حسب ذائقہ

ترکیب:

- (۱) گوشت کی چھوٹی چھوٹی بوٹیاں کر لیں۔
- (۲) ادرک اور لہسن کو پیس کر نمک مع کے کالی مرچوں سے ملائیں۔
- (۳) یہ مصالحے بوٹیوں پر اچھی طرح لگائیے کہ جیسے انہیں اس سے لتھڑنا ہے۔
- (۴) اب آگ پر جالی رکھ کر بوٹیاں سینک کر پختہ کریں
- (۵) اس دوران اس پر تھوڑا تھوڑا آگھی پکائیں اس طرح گوشت جلد گلتا ہے اور اس کی لذت میں بھی اضافی ہوتا ہے۔

ٹرکش پلاؤ

اجزاء



چاول ایک کلو

گوشت ایک کلو

پیاز ایک پاؤ

گاجر ایک پاؤ

کشمش ایک چھٹانک

گرم مصالحہ ایک چمچی

سبھی ایک پاؤ

نمک حسب ذائقہ

انڈے چھ عدد

ترکیب / اجزاء

کشمش صاف کر کے اور گاجر کے گول گول اور باریک کٹے بنا کر بالکل ہلکی آج پرتل لیجیے۔

کچی باستی کے چاول صاف کر کے ایک گھنٹہ کے لیے بھگو دینی چاہیے چیلے میں گرم مصالحہ،

نمک نصف چمچی، سرخ مرچ، گوشت اور پانی ڈال کر ہلکی آج پر پکا لیجیے۔

جب گوشت گل جائے تو تار لیجیے اور بخنی تیار کر لیجیے انڈے سخت ابال (HALFBOIL)

کر تھلے کاٹ لیجیے۔

چٹائی میں گھی گرم کر کے پیاز کٹر کر سرخ کر لیجیے پھر گوشت سے علیحدہ کر کے بھون لیجیے اور

پتیلیک کو تار لیجیے۔

چاول کا پانی نچوڑ کر پتلے میں ڈال دیجیے بخنی میں نصف انڈے کی زردیاں حل کر کے ڈال دیجیے

درمیان آج پر پکا لیجیے۔

جب پانی خشک ہونے لگے تو اوون کی ٹرے میں پھیلا دیں ان پر لیٹے کی زردی اور سفیدی کے

تھلے ڈال کر اوون میں رکھیں۔

دس منٹ بعد اوون سے نکال لیں ڈش میں ڈالیں گاجر اور کشمش کے ساتھ پیش لیجیے ترکی پلاؤ تیار ہے۔



اجزاء:

ٹماٹر	:	ڈیڑھ پاؤ
دودھ	:	آدھا کپ
بالائی	:	چارچ
کھن	:	بچیس گرام
میدہ	:	دو چ
نمک، کالی مرچ	:	حسب ذائقہ

ترکیب:

- (۱) دودھ میں میدے کو گھول کر الگ رکھ دیں۔
کسی برتن میں ایک لٹر کے قریب پانی ڈالیں۔
اس میں ٹماٹر ڈالیں اور چوبے پر چڑھا دیں۔
- (۲) جب ٹماٹر اچھی طرح پک جائیں تو انہیں چھان لیں
اور الگ کسی برتن میں نکال کر رکھ دیں۔ اب ٹماٹر کے دسوپ میں
دودھ میں گھلا ہوا میدہ ڈالیں اور کس کر کے دوبارہ چوبے پر چڑھا دیں۔
اس کو مسلسل ہلاتے رہیں۔
- (۳) جب گاڑھا ہونے لگے تو اس میں کھن ڈالیں۔
چند منٹ پکانے کے بعد اتار لیں اور اس کو سوپ کے برتن میں انڈیل
لیں اور اس کے اوپر بالائی بچھا دیں۔ سپیشل امریکن سوپ تیار ہے۔



اجزاء:

بہف	:	300 گرام (انڈر کٹ)
موگ مسور کی دال	:	150 گرام
لہسن	:	تین جوے
پیاز، ٹماٹر	:	ایک، ایک عدد (چو پڈ)
ادرک پیسٹ	:	ایک چائے کا چمچ (چو پڈ)
لال مرچ (ثابت)	:	5 سے 6 عدد
ہلدی، پسپی ہوئی لال مرچ	:	آدھا آدھا چائے کا چمچ
گرم مصالحہ	:	1/4 چائے کا چمچ
ثابت زیرہ	:	آدھا چائے کا چمچ
ہر ادھنیا، سوکھی میتھی	:	حسب ضرورت
تیل، نمک	:	حسب ضرورت

ترکیب:

- (۱) پین میں لہسن، ادرک اور تیل ڈال کر تین سے چار منٹ پکائیں۔
- اس میں پیاز اور گوشت شامل کریں اور 8 سے 10 منٹ تک پکائیں۔
- (۲) گوشت کا پانی خشک ہو جائے تو موگ مسور کی دال، تمام سبزیاں اور مصالحے شامل کریں اور آدھا جگ پانی ملا دیں۔
- (۳) ہلکی آنچ پر پکنے کے لئے چھوڑ دیں۔
- (۴) دال اور گوشت گل جائے تو چند منٹ تک تیرا آنچ پر بھونیں۔
- (۵) مزیدار دال گوشت تیار ہے۔

پالک گوشت

اجزاء

پالک ایک کلو

گوشت آدھا کلو (بیف یا مٹن

دہی دو چائے کے چمچ

پیاز تین عدد (باریک کٹا ہوا

گھی دو تہائی کپ

نمک حسب ذائقہ

دھنیا حسب ضرورت

لال مرچ حسب ضرورت

ہلدی حسب ضرورت



ترکیب / اجزاء

پالک کے پتے الگ کریں اور انہیں دیکھی میں ڈال کر دیکھی چوبے پر رکھ دیں۔

یہ اپنے ہی پانی میں نرم ہو جائے تو نکال کر باریک چیں لیں۔

چٹانگی میں سرخ کریں اس کے بعد گوشت ڈال کر تھوڑی دیر کے لئے بھون لیں۔

تمک، دھنیا، لال مرچ، ہلدی ڈال کر پانی ڈال دیں تاکہ گوشت گل جائے جب گوشت گلنے والا ہو تو پالک ڈال دیں۔

اسے اچھی طرح ہلا کر تھوڑی دیر کے لئے دم دے دیں۔

جب گوشت پوری طرح گل جائے تو دہی ڈال کر اچھی طرح بھون لیں گھی چھوڑنے پر اتار لیں۔

تلی ہوئی ہری مرچ

اجزاء



آلودو عدد۔ اُبلے ہوئے
چاٹ مصالحہ ایک کھانے کا چمچ
نمک حسب ذائقہ
اجوائن آدھا چائے کا چمچ
املی کا گودا دو کھانے کے چمچ
ہری مرچ دس سے پندرہ عدد
تیل فراٹنگ کے لئے

ترکیب/اجزاء

اُبلے آلو میں چاٹ مصالحہ، نمک، اجوائن اور املی کا گودا ملا کر اچھی طرح مکس کریں۔
ہری مرچوں کو ایک طرف سے لمبائی میں کاٹ کر بیج نکالیں اور اُن میں تیار مصالحے بھر دیں۔



اجزاء

چاولوں کے لیے

چاول	آدھا کلو (تھکے ہوئے)
چابت گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچہ
تیز پتہ	ایک عدد
کالا زبیرہ	آدھا چائے کا چمچہ

چکن کے لیے

چکن	ایک کلو (پارہ کڑے)
تیل	تین چمچائی کپ
چابت گرم مصالحہ	دو کھانے کے چمچے
ادرک بسن	دو چائے کے چمچے
اندر سے	چار عدد ایلے ہوئے
دہی	ایک کپ
پیاز	ایک کپ براؤن
گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچہ (سہا ہوا)
کالی مرچ	ایک چائے کا چمچہ
جسک	ایک چائے کا چمچہ
دودھ	آدھا کپ
کیڑا	ایک چائے کا چمچہ
زعفران	آدھا چائے کا چمچہ

ترکیب/اجزاء

چاولوں کے لیے ایک پتیلی میں چاولوں کو چابت گرم مصالحہ، تیز پتہ اور کالا زبیرہ کے ساتھ تین کئی ابالیں

اور ایک کئی، سنبھالیں

چکن کے لیے چکن کو دوپ پانی میں ابالیں

پھر ایک پتیلی میں تیل ڈال کر ایک کھانے کا چمچہ چابت گرم مصالحہ اور کس بسن

کا پیسٹ تھوڑا سا پانی بھگن اور اسے ڈال کر پانچ منٹ فرانی کر لیں

اب چاہا بند کر دیں

ایک پائیلے میں دہی، براؤن پیاز گرم مصالحہ، کالی مرچ اور کس ڈال کر پتیلی میں کس کر لیں

اب چاولوں کو پتیلی میں ڈالیں دودھ میں کیڑا اور زعفران ڈال کر کس کریں اور چاولوں کے اوپر ڈال دیں

اس کو پانچ منٹ تیز آگ کے بعد آگ کو بجھا کر کے پکائیں

کپ چائے تو چھ منٹ دم پر رکھ دیں

رات کو اور سارا دن کے ساتھ چھن کریں



اجزاء:

چکن کے کلوے	:	تین پاؤ (ایک انچ کے کلوے کاٹ لیں)
انڈے کی سفیدی	:	ایک عدد
گری بادام	:	1/4 کپ
تازہ ادروک	:	ایک ٹکڑا
پیاز	:	ایک عدد
مٹر کے دانے	:	آدھا کپ
بجنی، کارن اشارچ	:	ایک کھانے کا چم
نمک	:	حسب ذائقہ
تلوں کا تیل، بھسن	:	ایک ایک کھانے کے چم
موگ پھلی کا تیل	:	دو کھانے کے چم

ترکیب:

(۱) گوشت کی بجنی بنالیں، ایک پیالے میں کارن اشارچ، انڈے کی سفیدی، نمک اور تلوں کا تیل کھل کر کے مرغی کا گوشت ڈال کر ملائیں۔ بھسن گرم کر کے باداموں کی گریاں مل کر خستہ کر لیں۔ مرغی کی بوئیاں ایک ایک کر کے پیالے میں سے اٹھائیں اور گرم تیل میں ڈالتے جائیں۔ دو تین منٹ تک تل لیں مگر زیادہ سرخ نہ ہوں سفیدی مائل ہی ہوں تو نکال لیں۔

(۲) ایک دوسرے چین میں موگ پھلی کے تیل میں ادروک فراہی کرنے کے بعد ابلے ہوئے مٹروں کے دانے چوکور پیاز ڈال کر چند بار ہلائیں پھر مندرجہ ذیل اشیاء جو پہلے سے پیالے میں ڈال رکھی ہوں کی ساس بنائیں اور مٹروں پر ڈال دیں۔ تیار ہونے پر پیش کریں۔



اجزاء

بھنڈی	ایک کلو (کاٹ لیں)
ٹماٹر	چار سو گرام (کاٹ لیں)
ہر ادھنیا	پچاس گرام
نمک	بچیس گرام
دار چینی	ایک چائے کا چمچ
ٹماٹ پیسٹ	ایک کھانے کا چمچ
گوشت	تین سو گرام (چھوٹی بونیاں)
پیاز	تین سو گرام (کاٹ لیں)
لہسن	سو گرام (کوٹ لیں)
سفید پیاز پاؤڈر	(ایک کھانے کا چمچ)
سجھی	دو کھانے کے چمچے
کارن آئل	ایک کپ

ترکیب/اجزاء

پیاز اور لہسن کو کچی میں بھونیں حتیٰ کہ وہ سنہری ہو جائے
اس میں گوشت اور نمک ڈالیں اور دس منٹ پکائیں
ہر ادھنیا، دار چینی، ٹماٹر، ٹماٹر پیسٹ اور پیاز پاؤڈر ملا دیں اور ملکی آئینچ
پر پانچ منٹ کس کریں
ایک لیٹر گرم پانی ڈال کر ملکی آئینچ پر تیس منٹ تک پکنے کے لیے چھوڑ دیں
بھنڈی کو تیل میں خرائی کر لیں
تیل تھہار لیں اور بھنڈی کو گوشت کے کسچر میں ڈال دیں
اچھی طرح کس کر کے دس منٹ تک پکنے دیں

اچاری قیمہ پرائٹھا



اجزاء

آٹا آدھا کلو
میدہ ایک پیالی
نمک حسب ضرورت
مرچی یا گائے کا قیر یا آدھا کلو
ہادی ایک پائے کا بیج
(نمائرو دودھ دار یک کٹے ہوئے
(اورک دھکانے کے بیج یا ایک کٹی ہوئی
(لہسن کے جوئے یا رعد دار یک کٹے ہوئے
(لال مرچ ایک کھانے کا بیج یا بی بی
کلونجی ایک پائے کا بیج
(دھنیا ایک کھانے کا بیج یا بت
لیوں دودھ
ہری مرچ چار سے پانچ عدد
ہر ادھنی آدھا لیٹی
تیل یا گھی حسب ذائقہ
: پرائٹھا میں لگانے کے لیے
پانی تھوڑا سا
میدہ دھکانے کے بیج

ترکیب/اجزاء

ایک تسلی میں آٹا، نمک، میدہ اور تیل یا گھی ملا کر اچھی طرح گوندھ لیں۔
ایک کڑا ہی میں مرچی یا گائے کا قیر، نمک اور ہادی ڈال کر قہیے کا پانی خشک کر لیں۔
پھر نمائرو، اورک، لہسن، لال مرچ، کلونجی اور نمائرو دھنیا ڈال کر خوب اچھی طرح بھونیں اور تیل ڈال دیں۔
اب لیوں کا رس، ہری مرچ اور ہر ادھنی ڈال کر پانچ منٹ دم پر رکھ دیں۔
اب ایک پیڑا بنائیں اور روٹی کی طرح تیل کر در میان میں تیار قہیے تھوڑا پھیلا کر رکھیں۔
میدہ تھوڑے سے پانی میں ملا کر کناروں پر لگائیں اور اوپر دوسری روٹی رکھ کر کنارے بند کر دیں۔
پھر تھوڑا گرم کر کے اس پر پراٹھے کو دونوں طرف سے سیبک لیں۔
کڑی کی مدد سے تیل لگائیں۔
مزے دار اچاری قہیہ پرائٹھا تیار ہیں۔

انڈے کا یونانی پلاؤ

اجزاء



چاول ایک کلو

انڈے چھ عدد

پیاز آدھ پاؤ

گرم مصالحہ دو چمچ

نمک حسب ذائقہ

گھی آدھ پاؤ

ترکیب / اجزاء

چاول صاف کر کے ایک گھنٹہ تک بھگودیں انڈے پیالے میں پھینٹ کر ان میں نمک اور ہلکی سیاہ مرچ پسپی ہوئی ڈال کر آملیٹ بنا کر ٹکڑے ٹکڑے کاٹ لیجیے۔
پتیلی میں گھی گرم کر کے پیاز کتر کر بھون لیجیے، پانی کے ساتھ ہی نمک، گرم مصالحہ اور نصف چھوٹا چمچ سرخ مرچ پسپی ہوئی ڈال کر درمیانہ آنچ پر پکائیے۔
جب پانی جوش کھانے لگے تو چاول بھی ڈال دیجیے۔
جب پانی خشک ہونے لگے تو آملیٹ کے ٹکڑے ڈال کر دم دینے کے لیے اوون کے ٹرے میں بھر دیں اوون میں دس منٹ تک رکھ کر نکال دیں انڈوں کا لذیز یونانی پلاؤ تیار ہے۔

مینگو سوئزلز چیزکیک

اجزاء



ڈائجسٹو بسکٹس دو سو گرام (چوراکیے ہوئے)

کھن چار اونس

فلنگ کے لئے:

کریم چیز دو سو گرام

کرڈ چیز دو سو گرام

آم ڈیز کپ (بلیئنڈ کیے ہوئے)

کاسٹر شوگر آدھا کپ

کریم چار سے گرام (پھینٹی ہوئی)

جیلیٹن دو کھانے کے چمچ (پانی میں حل کی ہوئی)

لیموں کا رس ایک سے دو کھانے کے چمچ

آم کے نکلاے ایک کپ

ترکیب/اجزاء

میں کے لیے: ڈائجسٹو بسکٹس کو کھن میں مکس کریں۔

اب اسے نواؤچ کے کوز بوٹم چین میں پھیلا دیں۔

پھر اسے دس منٹ کے لیے ایک سوای ڈگری سینٹی پر بیک کریں اور نکال کر ایک طرف رکھیں۔

فلنگ کے لیے: ایک پیالے میں کریم چیز اور کرڈ چیز کو کاسٹر شوگر اور لیموں کا رس کے ساتھ پھینٹ لیں۔

اب انھیں کریم اور آم ڈیز کے ہوئے جیلیٹن میں فولڈ کر لیں۔

باقی بچی جیلیٹن کو آم میں مکس کریں۔

اب کریم چیز کے کچر کو بسکٹ جس پر پھیلا لیں اور اچھی طرح برابر کر لیں۔

پھر اس میں مینگو پیوری سے سوئزلز بنائیں اور ٹھنڈا ہونے کے لیے رکھ دیں۔

آخر میں اسے کٹے آم اور پھینٹی ہوئی کریم سے گارنش کر کے سرو کریں۔

”مرغ مکی“

اجزاء



پکن، آدھا کلو (ان پکن کیوب)
تیل ایک چمقنی کپ
ٹماٹر ایک کپ (ایک کپ کیوب)
زیرہ، آدھا چائے کلو
بری الا بلی، دو دو
لوگ، دو دو
دارچینی ایک کلو
سولف کا ان ایک کپ
دودھ، آدھا کپ
برادھیا، حسب ضرورت (کاٹا ہوا)
بری مرغ، حسب ضرورت (کٹی ہوئی)
میر، بلبلوں کے لیے
دھنیا، آدھا کپ
اور کسٹن کا صف ایک چائے کلو
بری مرغ، شین، حد (کٹی ہوئی)
برادھیا، دو کلو (کاٹا ہوا)
کریم، صاف، ایک چائے کلو (پھاڑا)
لال مرغ، ایک چائے کلو (کٹی ہوئی)
تک، ایک چائے کلو
بلدی، ایک چمقنی چائے کلو
دھنیا، ایک چائے کلو (پھاڑا)

ترکیب / اجزاء

پکے پیسلے چکن کیو بڑھوئی، اور کسٹن کے چیت، بری مرغ، برادھیا، کریم، صاف، پکن، لال مرغ، تنک، بلدی اور
پسا دھنیا لگا کر تیس منٹ کے لیے پیری فریٹ کریں۔
پکے ایک چین میں تیل گرم کر کے اس میں بٹا زکو فرائی کریں یہاں تک کہ وہ گولڈن ہو جائے۔
پکے پھراس میں زیرہ، بری الا بلی، لوگ، اور دارچینی کو پیری فریٹ کی پکن کے ساتھ شامل کر کے اچھی طرح مکس کر لیں۔
پکے اب اسے ڈھک کر پکا نہیں یہاں تک کہ پکن تقریباً پک جائے۔
پکے پھراس میں سولف کا ان اور دودھ ڈال کر دس منٹ پکا کریں۔
پکے آخر میں برادھیا اور بری مرغ ڈال کر دس پر رکھ دیں۔

پیرینٹیشن:

پکے مرغ مکی کو پراٹھے کے ساتھ سرو کریں۔



روسٹڈ ران

اجزاء:

بکرے کی ران	:	ایک کلو
دہی	:	ایک کپ
لہسن، ادروک کی پیسٹ	:	ایک ایک کھانے کی چم
نمک	:	حسب ذائقہ
لال مرچ (کٹی ہوئی)	:	دو چائے کے چم
پہا گرم مصالحہ	:	ایک کھانے کی چم
سفید سرکہ، سویا سوس	:	دو دو کھانے کے چم
چاٹ مصالحہ، مسٹرڈ سوس	:	ایک ایک کھانے کی چم
کچا پیٹا	:	چار کھانے کے چم
دوسرے سوس	:	دو کھانے کے چم
چھوٹی الائچی پاؤڈر	:	ایک چائے کی چم
آئل	:	آدھی پیالی

ترکیب:

(۱) ران کو چھی طرح دھو کر کانٹے سے گود لیں اور اُپر دیے گئے تمام اجزاء لگا کر رات

بھر کے لئے فریج میں رکھ دیں۔

(۲) اب دیکھی میں ڈال کر ہلکی آنچ پر پکائیں، تھوڑا سا پانی بھی ڈال سکتے ہیں۔ یا بڑی

تسخین پر دو کوکٹوں پر پکائیں اور گھی ساتھ ساتھ لگاتے جائیں، گل جائے تو اتار لیں۔

(۲) رائے اور نان کے ساتھ پیش کریں۔



اجزاء:

انڈے	:	تین عدد
چینی	:	ایک کپ
بیکنگ پاؤڈر	:	ایک چائے کا چم
کریم	:	ایک کپ
انسٹگ شوگر Icing sugar	:	دو چم
کوکو پاؤڈر	:	تین چم
میدہ	:	تین سے چار کپ

ترکیب:

- (۱) انڈوں اور چینی کو اتنا بھینٹیں کہ وہ پھول جائیں تو میدہ اور بیکنگ پاؤڈر شامل کر کے آہستہ آہستہ مکس کریں پھر پانی اور چند قطرے لیمن جوس شامل کریں۔ پین میں آئل لگائیں، کچھ ڈال کر پھیلا دیں، گرم شدہ اوون میں 350 ڈگری پر دس سے بارہ منٹ بیک کریں۔ اب کریم کو بھینٹیں ذرا پھول جائے تو Icing sugar اور کوکو پاؤڈر مکس کر کے مزید پھینشا شروع کریں۔ اب ایک پر کریم کو اچھی طرح پھیلا دیں۔
- (۲) اس کر آہستہ آہستہ رول کرتے جائیں۔ یہاں تک کہ پورا رول ہو جائے۔ کسی بڑے بریڈ کے لفافے میں اس کو ڈال کر تھوڑی دیر کے لیے فریڈر میں رکھ دیں۔ جب لفچ دینا ہو اس کے سلاکس کاٹ کر لفچ باکس میں رکھیں۔ اگر چاہیں تو ان پر تھوڑا سا پائٹن اپٹیل کا جوس بھی چھڑک دیں۔

چائیز چکن ٹماٹر

اجزاء:

مرغی کے سینے	:	دو عدد (انچ کے کیوب کاٹ لیں)
سرکہ	:	ایک کھانے کا چمچ
سویا سوس، کارن اشارچ	:	دو کھانے کے چمچ
تیل	:	آدھا کپ
پیاز چوکور کٹا ہوا	:	ایک کپ
نمک	:	ایک چائے کا چمچ
چینی	:	ایک چائے کا چمچ
بخنی	:	آدھا کپ
لال ٹماٹر	:	دو عدد چوکور کٹے ہوئے

ترکیب:

- (۱) گوشت پر ایک ایک کھانے کا چمچ سرکہ، سویا سوس اور کارن اشارچ لگا کر رکھ دیں۔ تیل کو کڑا ہی میں گرم کریں اور چکن کو دس منٹ فرائی کریں۔ پیاز کو شامل کر کے مزید دو منٹ پکائیں اور پھر بقیہ سویا سوس اور کارن اشارچ ملائیں۔
- (۲) نمک، چینی اور بخنی بھی ملا دیں۔ پکا کر گاڑھا کر لیں اور پھر چوکور کٹے ہوئے ٹماٹر بھی شامل کر دیں۔ گرم گرم پیش کریں۔



زعفرانی قورمہ

اجزاء:

گوشت	:	آدھا کلو
پیاز	:	تین عدد (چوڑے)
لہسن	:	آدھی پوتھی (چوڑے)
ادرک پیسٹ	:	ایک کھانے کا چمچ
چھوٹی الائچی	:	چار عدد (دائے نکال کر پیس لیں)
گرم مصالحہ (پسا ہوا)	:	تین چمکی
زعفران کا پانی	:	2.5 لیٹر
نمک، سرخ مرچ	:	حسب ذائقہ
دہی	:	آدھا پاؤ

ترکیب:

- (۱) کھنی کڑکڑانے کے بعد پہلے گوشت بھونیں پھر لہسن اور ادرک ڈال کر پکائیں۔
- (۲) اب گرم مصالحہ دہی سمیت ڈال کر بھونتے رہیں۔
- (۳) دہی کا پانی خشک کرنے کے بعد پیاز، لال مرچ، اور نمک ملا کر بھوننا جاری رکھیں۔
- (۴) تھوڑا سا پانی شامل کر کے گوشت گلائیں
- آخر میں پیسہ ہوئی الائچیاں اور زعفران کا پانی ڈال دیں۔
- (۵) چند منٹ تک دم پر رکھنے کے بعد اتار لیجئے اور گارنش کر کے سرو کر دیں۔

دال کی بریانی

اجزاء



ثابت مسوری دال 1 پاؤ آٹلی ہوئی
 آٹے چاول 1 کلو
 پیاز 1/2 کلو
 پودینے کے پتے 1 کھنسی
 ہرا دھنیا 1 کھنسی
 لہار 2 عدد
 تیز پات 2 عدد
 لیوں 2 عدد
 چھوٹی الائچی 4 عدد
 بادیاں کے پھول 4 عدد
 ہری پٹ 9-10 عدد
 تیل 1 کپ
 آلو بخارہ 50 گرام
 دھی 1 پاؤ
 جلدی 1 چائے کاجھی
 نمک 1 چائے کاجھی
 کالازیرہ 1 چائے کاجھی
 پیس لال مرچ 1 کھانے کاجھی
 اورک لسن کا پیسٹ 1 کھانے کاجھی
 کیڑوہ 1 کھانے کاجھی
 زردے کا رنگ 1/2 چائے کاجھی
 ہرا دھنیا 2 چائے کاجھی

ترکیب / اجزاء

پیاز میں سے آدھی پیاز کو دھنی کے ساتھ بلینڈر میں پیس لیں۔
 اب تیل گرم کر کے اس میں پیاز اور دھنی ڈال دیں۔
 پھر اس میں اورک لسن کا پیسٹ، پیس لال مرچ، نمک، جلدی، پسا دھنیا، کالازیرہ، چھوٹی الائچی، تیز پتے،
 بادیاں کے پھول اور آلو بخارہ ڈال کر بھون لیں۔
 اس کے بعد آٹلی ثابت مسوری دال شامل کریں۔
 اب ایک الگ برتن میں پیس پیاز، سلاکس میں کٹے لیوں، ہری مرچ، پودینہ، ہرا دھنیا اور ٹماٹر ڈال دیں۔
 پھر ان پر آٹے چاول اور اوپر سے زردے کا رنگ اور کیوڑا ڈال کر مینٹ ڈم پر رکھیں۔



کشمیری پلاؤ

اجزاء:

چاولآدھ کلو

چکن250 گرام

گاجرآدھ کپ

بری پیاز2 عدد

کشمش4/1 کپ

اخروٹ4/1 کپ

کاجو4/1 کپ

بادام12 عدد

چینی3 کھانے کے چمچے

سفید مرچ1 کھانے کا چمچہ

کالی مرچ1 کھانے کا چمچہ

نمکحسب ذائقہ

ترکیب:

چاول ابال لیں -

پتیلی میں 4/1 کپ تیل گرم کریں -

تیل میں چکن کیوب ، نمک ، سفید مرچ ، کالی مرچ ، کشمش ، بادام ، کاجو ، اخروٹ ، گاجر

، بری پیاز اور چین شامل کرکے بھونیں اور چاول شامل کرکے مکس کرلیں اور پیش کریں -

چاہے تو 2 کھانے کے چمچے سرکہ بھی شامل کرسکتے ہیں -



اجزاء:

چکن	:	ڈیڑھ کلو
بند گوشتی	:	ایک پھول چھوٹا سا (چھوٹے ٹکڑے)
فیونیک ساس	:	دو کپ
ہمک	:	حسب ضرورت
فیونیک ساس کے لئے	:	تین تین چمچ بڑے
کریم مکھن	:	بارہ عدد (صرف سفیدی)
انڈے	:	چار چمچ بڑے
آٹا	:	ایک پیالی
بجنی	:	آدھا کپ
دودھ	:	چار چمچ بڑے
چکن قیمہ	:	حسب ذائقہ
سیاہ مرچ، ہمک	:	

ترکیب:

- (۱) مکھن کو گرم کریں۔ اس میں آٹا ملا کر آمیزہ تیار کر لیں۔ پھر اس میں آہستہ آہستہ بجنی اور دودھ ملا دیں۔ جب اچھی طرح یک جان ہو جائیں۔ انڈوں کی سفیدی، ہمک اور سیاہ مرچ شامل کر دیں۔ چمچ سے مسلسل اس آمیزے کو ہلاتی رہیں۔ آخر میں کریم ملا کر چولہے سے اتار لیں۔
- (۲) چکن کے ٹکڑوں پر ہمک چھڑکیں۔ ایک ساس پیٹن میں بند گوشتی بچھا کر اوپر چکن کے ٹکڑے رکھ دیں اور ڈھکن لگا کر اسے 1400 ڈگری پر اودھن میں چالیس منٹ تک پکائیں اسی دوران فرنی پیٹن میں فیونیک ساس گرم کریں۔ جب چکن تیار ہو جائے تو اسے نکال کر فرنی پیٹن میں ساس کے ساتھ ملا دیں اور تقریباً دھیمی آگ پر پانچ منٹ تک الٹ پلٹ کریں۔ لیجئے چکن چانپ تیار ہیں گہری ڈش میں نکال کر پیش کریں۔



ایک بین کیک آملیٹ

اجزاء:

انڈے	:	چھ
قیمہ مرغی یا مچھلی کا	:	چار اونس
سویا ساس	:	ایک چائے کا چمچ
چینی	:	آدھا چائے کا چمچ
نمک اور سیاہ مرچ	:	حب ذائقہ (تازہ پس ہوئی)
مشروم (باریک کٹے ہوئے)	:	دواؤں
ادرک (کٹی ہوئی)	:	آدھا چائے کا چمچ
تیل	:	چار کھانے کے چمچ
سجائے کے لئے	:	
ہر ادھنیا	:	حب ضرورت
نیر (کٹ کی ہوئی)	:	حب پسند

ترکیب:

- (۱) انڈوں کو پھینٹ کر نمک و سیاہ مرچ ملا دیں۔
- (۲) قیمہ میں مشروم، نمک و سیاہ مرچ، سویا ساس، ادرک، چینی ملا دیں
- فرعائی بین میں ایک چائے کا چمچ تیل گرم کریں اور
- تھوڑا سا مرکب پھینٹے ہوئے انڈوں کا ڈال کر باریک روٹی کر طرح پھیلا کر پکالیں۔
- (۳) اب اس کے درمیان میں دو چائے کے چمچ قیمہ کا مرکب رکھیں۔
- (۴) جب انڈا نیچے سے سیٹ ہو جائے اور اوپر کی سطح بھی گیلی ہی ہو تو
- اس وقت لٹنگ رکھ کر اس کو ہرا کر دیں اور دھیمی آگ پر
- پکائیں تاکہ قیمہ اندر سے پک جائے۔ اسی طرح سارے بین کیک آملیٹ
- تیل کر کھ لیں اور گرم گرم پیش کریں۔



فرائیڈ چکن چائیز اسٹائل

اجزاء:

مرغی	:	ایک عدد (بارہ عدد کلوے کر کے)
خشک لال مرچیں	:	چھ عدد
سرکہ	:	ایک کھانے کا چمچ
سویا ساس	:	چار چائے والے چمچ
بادیہ خطائی کے پھول	:	دو یا تین عدد
دارچینی	:	ایک ٹکڑا
ادرک، لہسن	:	دو کھانے والا چمچ (باریک کٹی ہوئی)
پیاز چوکور کٹا ہوا	:	ایک کپ
تیل	:	چار کپ
کارن اسٹارچ، چینی	:	دو دو چائے والے چمچ

ترکیب:

(۱) گوشت کو ڈیپ فرائی کر کے ہلکا گولڈن کر لیں۔ دوسرے تین میں چھ کھانے والے چمچ اسی تیل میں سے لے کر گرم کر کے ادرک، لہسن، پیاز، بادیہ خطائی، دارچینی، لال ٹاہت مرچیں ڈال کر فرائی کریں اور پھر چکن کے ٹکڑے بھی ڈال دیں ساتھ ہی چینی، سویا ساس اور سرکہ بھی ڈالیں۔

(۲) ایک کپ گرم پانی میں ڈال کر پکھنے دیں۔ جب پانی خشک ہونے کے بعد تیل چھوڑنے لگے تو کارن اسٹارچ تھوڑے سے پانی میں گھول کر پلائیں اور گریوی کو خشک کر لیں۔ کھلی ڈش میں ڈال کر اطراف میں کھیرے کے پھول بنا کر سجادیں۔

بگھارے بینگن

اجزاء



بینگن گول چھوٹے ایک کلو

موٹنگ چلی پچاس گرام

خشخاش پچاس گرام

جل پچاس گرام

زیرہ ایک چمچ

(ان سب کو تو سے پریمون کرچیں لیں)

سرخ مرچ دو چمچ

نمک حسب ذائقہ

دھنیا ایک چمچ (پسا ہوا)

اٹلی کا پانی آدھا کپ

کڑی پتہ تھوڑا سا

کوکنگ آئل ایک کپ

ترکیب/اجزاء

پسے ہوئے مصالحہ کو پانی میں گھول لیں۔

بینگن چاک کر کے اس کے اندر بھر لیں۔

ایک پتلی میں تیل گرم کر کے ایک ایک بینگن اور کڑی پتہ اس میں چھوڑ دیں

اور باقی بچا ہوا مصالحہ بھی اس میں ڈال دیں۔

اوپر ڈھکن ڈھانپ کر اسے پکائیں جب بینگن گل جائیں تو اٹلی کا پانی ڈال دیں۔

مزید پانچ منٹ پکائیں بگھارے بینگن تیار ہیں۔



مغلی سٹیم روست

اجزاء:

مٹن (بڑے ٹکڑے)	:	ایک کلو
لیموں	:	ایک پاؤ
سفید زیرہ	:	آدھا پاؤ (گراؤ کر لیں)
ثابت سرخ مرچیں	:	آدھا پاؤ (گراؤ کر لیں)
اجوائن	:	ایک کھانے کا چمچ
ادرک پیسٹ	:	ایک کھانے کا چمچ
سفید سرکہ	:	ایک بوتل
نمک	:	حسب ذائقہ

ترکیب:

(۱) گوشت کے ٹکڑوں کو سفید سرکہ میں آدھے گھنٹے کے لئے بھگو کر خشک کر لیں۔

(۲) لیموں کے رس میں اورک، اجوائن، نمک،

سرخ مرچیں اور سفید زیرہ ملا لیں

اور گوشت کے ٹکڑے اس میں ڈال کر خوب مکس کریں

(۳) مصالحہ گوشت کو لگ جائے تو بڑے وگچے میں پانی ڈالیں

اور اس کے اندر گوشت کی دیکھی رکھ کر بڑے دگچے کا ڈھکن

اس طرح بند کریں کہ بھاپ باہر نہ نکلے۔

(۴) گوشت درمیانی آنچ پر پکنے لگے۔

(۵) گوشت تیار ہو جائے تو ڈش میں رکھ کر سلاو سے سجا

کر لیموں اس پر چھڑیں اور کچپ کے ساتھ استعمال کریں۔



پیالوی تکے

اجزاء:

گوشت (چھوٹے ٹکڑے)	:	آدھا کلو
گھی	:	180 گرام
پیاز (باریک کترا ہوا)	:	ایک عدد
ادرک	:	ایک گانڈھ
نمک	:	حسب ضرورت
لہسن	:	ایک گڈی
پسی ہوئی سرخ مرچ	:	حسب ذائقہ
خشخاش	:	دس گرام

ترکیب:

(۱) پیاز کے علاوہ باقی سب مصالحے باریک پس لیں اور انہیں گوشت کت ٹکڑوں پو تھوپ دیں۔ گھی کو کڑکرائیے اور گوشت کے ٹکڑے اوپر نرم ہاتھ سے ترتیب کے ساتھ رکھئے ان کے اوپر بریک کٹی ہوئی پیاز ڈال دیں۔

(۲) توے کو کسی چیز سے ڈھانپ دیں اور بھاپ باہر نہ نکلنے دیں۔ جب چھن چھن کی آواز آنے لگے تو تھورا پانی ڈال کر توے کو ایک بار پھر بند کر دیں تاکہ گوشت گلنے پر آجائے۔ کچھ دیر بعد پانی خشک ہو جائے گا۔ چند منٹ بعد یہ گھی چھوڑ دیں گے۔ اب انہیں چوبے سے اتار لیں اور روٹی یا پرائیڈ کے ساتھ گرم گرم کھائیں۔

کھوئے کے پرائے

اجزاء



ڈو کے لئے

میدہ دو کپ

نمک ایک چمکی

تیل دو کھانے کے چمچ

پانی حسب ضرورت

فلنگ کے لئے

کھویا ایک سو پچیس گرام

چینی دو کھانے کے چمچ

(خشک میوہ ایک کھانے کا چمچ (کٹا ہوا)

(کھوپرا ایک کھانے کا چمچ (کدو کش کیا ہوا)

تیل تلنے کے لئے

ترکیب / اجزاء

ڈو کے لئے: ایک پیالے میں میدہ، نمک، تیل اور حسب ضرورت پانی ڈال کر گوندھ لیں اور تھوڑی دیر کے لیے چھوڑ دیں۔

فلنگ کے لئے: ایک پیالے میں کھویا، چینی، خشک میوہ اور کھوپرا ڈال کر کس کریں اور پانچ منٹ کے لیے رکھ دیں۔

پھر ڈو کے دو چھوٹے چھوٹے پیڑے بنائیں اور ان کے درمیان میں فلینگ بھر کر اوپر سے بتل لیں۔
اب انھیں توڑے پر فرائی کر کے سرو کریں۔

رائی چانپ

اجزاء



چانپ آدھا کلو
رائی دو تولہ
پیاز ایک عدد
ہری مرچیں تین عدد
ہر ادھنیا حسب پسند
نمک حسب ضرورت
گھی دو چھٹانک

ترکیب/اجزاء

رائی پانی میں حل کر کے اس میں چانپ، پیاز کے تھوڑے لچھے اور کٹی ہوئی ہری مرچیں ڈال دیں۔
پھر انہیں گھی میں تلیں اور ان پر پیاز کے باقی لچھے، ہری مرچیں اور ہر ادھنیا ڈال دیں۔
لذیز رائی چانپ تیار ہے۔

تلی ہوئی مصالحہ مچھلی



اجزاء

ربو یا سرخی مچھلی ایک کلو
سفید سرکہ دو کھانے کے چمچ
لیوں تین عدد
ہلدی ایک چائے کا چمچ
نمک حسب ذائقہ
مسن ایک پیالہ
انڈے کی سفیدی ایک عدد
اجوائن ایک چائے کا چمچ
لال مرچ ایک کھانے کے چمچ کٹی ہوئی
کالی مرچ ایک چائے کا چمچ کٹی ہوئی
سفید زیرہ ایک چائے کا چمچ
بہنا اور پھا بودا اورک لہسن کا پیسٹ ایک چائے کا چمچ
سروس کا تیل حسب ضرورت
چاٹ مصالحہ حسب ضرورت اور پڑالے کے لیے

ترکیب / اجزاء

پہلا مچھلی کے قلم کو دو سوے بغیر سفید سرکہ لگا کر پانچ سے دس منٹ کے لیے رکھیں۔
پھر دھو کر چھانی میں رکھ دیں، تاکہ پانی نکل جائے۔
اس کے بعد مچھلی کے قلم میں دو عدد لیوں کا رس، ہلدی اور نمک لگا کر رکھیں۔
اب ایک پیالے میں مسن، انڈے کی سفیدی، اجوائن، لال مرچ، کالی مرچ، سفید زیرہ، اورک لہسن کا پیسٹ اور
ایک عدد لیوں کا رس ملا کر گڑھا آمیزہ تیار کر لیں۔
پھر کڑائی میں سروس کا تیل گرم کریں اور ایک ایک مچھلی کا قلم مسن کے آمیزے میں ڈبو کر گرم تیل میں گولڈن
برائن کر لیں۔
اب انھیں نکال کر ٹشو پر رکھیں، تاکہ پکنائے جذب ہو جائے، اوپر سے چاٹ مصالحہ چھڑک کر گرم نان اور اٹلی کی
چٹنی کے ساتھ سرو کریں۔



اجزاء:

پیاز	:	1 عدد
چنے	:	1 کپ (اُبال لیں)
لیموں کا رس	:	2 چائے کے چمچ
اٹلی کا پانی	:	آدھا کپ
ٹماٹر	:	1 عدد
دھنیا، پودینہ	:	تھوڑا سا
ہری مرچ	:	3 سے 4 عدد
تیل	:	2 سے 3 کھانے کے چمچ
نمک	:	حسب ذائقہ
گٹی ہوئی لال مرچ	:	آدھا چائے کا چمچ
چاٹ مصالحہ، کھٹائی	:	آدھا، آدھا چائے کا چمچ

ترکیب:

- (۱) پیاز کاٹ لیں۔ دھنیا، پودینہ اور ہری مرچ پیس کر ہری چٹنی بنالیں۔
- (۲) پیس میں تیل گرم کریں اور پیاز، ٹماٹر، ہری چٹنی اور تمام مصالحے لٹال کر بھون لیں۔
- (۳) اب اٹلی کا پانی شامل کر کے مزید تھوڑی دیر پکالیں۔
- (۴) چنے ڈال کر بھون لیں اور لیموں کا رس ڈال کر گرما گرم پیش کریں۔
- (۵) پیالے میں لیموں کے قتلوں، ٹماٹر اور ہری مرچ سے سجا کر پیش کریں۔



دہی فروٹ مکس

اجزاء:

دہی	:	آدھا پاؤ
کیلا	:	3 عدد
سیب	:	1 عدد
انگور	:	آدھا پاؤ
پائے اپیل	:	چند ٹکڑے
چینی پسی ہوئی	:	1 چائے کا چمچ

ترکیب:

- (۱) ایک ڈش میں دہی میں چینی ڈال کر پھینٹ لیں۔
- (۲) سیب اور کیلے کا چھلکا اتار لیں۔
- (۳) اب تمام پھلوں کو کیوبز میں کاٹ لیں اور دہی میں مکس کر لیں۔

بینگن کا بھرتہ

اجزاء

بینگن دوسو پچاس گرام

دہی ڈیڑھ پاؤ

لہسن ایک کھانے کا چمچ - باریک کٹا ہوا

لال مرچ آدھا چائے کا چمچ - پسی ہوئی

زیرہ ایک چائے کا چمچ - بھنا ہوا

نمک آدھا چائے کا چمچ

ہری مرچ دو عدد

ہرا دھنیا دو کھانے کے چمچ

کونلہ ایک عدد

لیموں کا رس دو کھانے کے چمچ

پیاز ایک عدد

تیل دو کھانے کے چمچ



ترکیب/اجزاء

بینگن کو اوون میں آدھے گھنٹے تک بیک کریں۔

جب وہ گل جائے تو چھیل کر ان کا گودا نکال لیں۔

اب تیل گرم کر کے باریک کٹا لہسن فراٹی کریں۔

خوشبو آجائے تو پیاز، پسی لال مرچ اور نمک شامل کر کے چولہا بند کر دیں۔

پھر اس میں بینگن کا گودا، بھنا زیرہ اور لیموں کا رس ڈال کر کس کر لیں۔

اس کے بعد ہری مرچ اور ہرا دھنیا ڈالیں اور کٹے کا دھواں دے کر سرو کر دیں



اجزاء:

شرابت (کسی بھی اچھے برانڈ کا)	:	1 کپ
پائین اپیل	:	آدھا کپ
چینی	:	حسب پسند
سیب	:	2 عدد
امروڈ	:	3 عدد
ناشپاتی	:	2 عدد
کیلے	:	6 عدد
انگور	:	آدھا کلو

ترکیب:

- (۱) تمام پھل چھوٹے چھوٹے کیوبز میں کاٹ لیں اور انہیں ایک بڑے پیالے میں ڈال کر اوپر سے چینی چھڑک کر مکس کریں۔
- (۲) جب چینی کا دانہ گھل جائے تو ساتھ ہی شرابت ڈال دیں اور فریق میں رکھ دیں۔
- (۳) رمضان کے دنوں میں افطری کے وقت مزید شرابتی فروٹ چاٹ کھائیں اور لطف اٹھائیں۔



اجزاء:

بجنی مرغی	:	چھ کپ
گوشت مرغی (چھوٹے ٹکڑے)	:	تین پاؤ
گاجر (باریک کٹی ہوئی)	:	آدھی
بند گوبھی (باریک کٹی ہوئی)	:	ڈیڑھاؤس
ٹمک	:	حب نشا
اجینڈو	:	ایک چائے کا چمچ
سرکہ	:	چوتھائی کپ
سیاہ مرچ (باریک پیسی ہوئی)	:	آدھا چائے کا چمچ
کارن فلور (پانی میں گھول کر)	:	ایک تہائی کپ
کارن آئل	:	چوتھائی کپ
انڈوں کی سفیدیاں	:	دو عدد (ملکی سی پھینٹ کر)

ترکیب:

- (۱) پین میں بجنی اور مرغی کی یونیاں ڈالیں جب اچھی طرح گرم ہو جائے تو بنزیاں اور مصالحے ڈال کر چند منٹ پکائیں جب بنزیاں قدرے نرم ہو جائیں تو سرکہ ڈال دیں اور ساتھ ہی پانی میں گھولا ہوا کارن فلور آہستہ آہستہ ڈالیں جھجھکاتے رہیں جب مناسب گاڑھا ہو جائے تو ہاتھ روک لیں۔
- (۲) یہ ضروری نہیں کہ سارا کارن فلور ڈالیں جون ہی محسوس ہو کہ مناسب گاڑھا ہو گیا ہے تو مزید کارن فلور ڈالنا بند کر دیں انڈوں کی سفیدیاں آہستہ آہستہ ڈالیں جھجھکے برابر چلائیں اور پھر کارن آئل ڈالیں اور فوراً ہی چولہے سے نیچے اتار لیں اور پیش کریں۔

مرغ پلاؤ

اجزاء



مرغ ایک عدد

چاول ایک کلو

کھی ایک پاؤ

لہسن بارہ جوئے

ادرک ایک چھوٹی سی گانٹھ

پیاز ایک پاؤ

گرم مصالحہ آدھ چھٹا تک

نمک دو تولہ

خٹک دھنیا دو تولہ

ترکیب / اجزاء

چاول آدھے گھنٹے پہلے بھگو دیں، ایک پتیلے میں مرغ کے پارچے، پانی نمک، لہسن کے جوئے، سونف، دھنیا، آدھے گرم مصالحے اور ادرک کے چند چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں سمیت ڈال کر ہلکی آنچ پر بخنی تیار کیجیے۔ پھر مرغ کے ٹکڑے، باقی پیاز، گرم مصالحے اور باقی پے ہوئے لہسن سمیت ڈال کر انہیں بھویے اور بخنی ان میں شامل کرتے جانی پھر چاول نچوڑ کر بخنی اس میں ڈالتے جائیں اور انہیں گلا لیجیے۔ دم پر رکھنے سے پہلے پسا ہوا زیرہ پلاؤ پر چھڑکئے۔

وائٹ فش پلاؤ

اجزاء



چاول ایک کلو
مچھلی ایک کلو
نمک حسب ذائقہ
مرچ دو چمچی
دھنیا دو چمچی
زیرہ دو چمچی
گرم مصالحہ دو چمچی
لہسن آدھ چھٹانک
پیاز ایک پاؤ
تیل یا گھی ایک پاؤ

ترکیب / اجزاء

مچھلی کے ٹکڑے بنا کر ایک گھنٹہ تک نمک لگانے کے بعد نمین سے دھو کر پندرہ منٹ تک نمکین پانی میں ابال کر کانٹے نکال لیجیے۔

چاول کچی باسستی کے صاف کر کے ایک گھنٹہ تک پانی میں بھگو دیجیے۔

سب سے پہلے مرچ، لہسن، پیاز، دھنیا، اور زیرہ پیس لیں پتیلی میں نصف پاؤ تیل گرم کر کے مصالحہ بھون لیجیے۔

پھر گھی ڈال دیجیے ایک منٹ بعد پانی ڈال کر تیز آنچ پر پکانیں جب پہلا جوش آجائے تو چاول ڈال دیجیے۔

آنچ درمیانی رکھیں جب پانی خشک ہونے لگے تو دم دینے کے لیے اسے اوون کی ٹرے میں ڈال کر اوون میں رکھ دیں دس منٹ بعد نکال دیں لذت سے بھرپور وائٹ فش پلاؤ تیار ہے۔

ہوم میڈ فلور ٹورٹیلاز

اجزاء



میدہ تین کپ
نمک ایک چائے کا چمچ
بیکنگ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ
تیل ایک تہائی کپ
گرم پانی ایک کپ

ترکیب / اجزاء

پیالے میں میدہ، نمک، بیکنگ پاؤڈر، تیل اور گرم پانی ڈال کر اچھی طرح گوندھ لیں۔
اس کے بعد تیار ڈوسے دو سے تین انچ کے چھوٹے چھوٹے پیڑے بنائیں۔
پھر ہاتھ یا نیلے کی مدد سے نیل کر گرم توے پر دونوں طرف سے ہلکا ہلکا سینک لیں۔

دم کے ٹماٹر

اجزاء

گول فرما کر تیار کردہ عدد
مبین قمر دیکھو
خشک ماش اور ماش دو چونا پیچ
بادام ایک پاؤ
کھوپڑا پاؤ چھٹا تک
بڑی الائچی پاؤ عدد
اورک حسب ضرورت
لہسن حسب ضرورت
بلدی حسب ضرورت
سرخ مرچ حسب ضرورت
ہری مرچ حسب ضرورت
برادھیا حسب ضرورت
دی آٹا پاؤ
بھار ایک چھوٹ ڈلی



ترکیب/اجزاء

پہلے قیہہ مصالحہ خوب اچھی طرح بھون لیں پھر دھلے ہوئے ٹماٹر کو آؤی طرف سے کاٹ کر اس کے دونوں حصوں میں سے صرف پیچ نکال دیں۔
پھر اس کے دونوں حصوں میں قیہہ بھر کے انہیں ایک دوسرے سے ملا کر دھاگہ لپیٹ دیں تاکہ کھلنے نہ پائیں۔

کھوپڑا خشک اور تیل کو دھو کر لال کریں اور پارک پیس لیں چٹلی میں حسب ضرورت گھی ڈال کر ایک ڈلی پیاز نہایت ہی پارک پیس کر تلیں ساتھ ہی پیاز اورک اور لہسن ڈال کر تلیں اور لال کر لیں۔

بعد ازاں سرخ مرچ بلدی نمک دی اور پیاز ہوا مصالحہ ڈالیں اور اچھی طرح بھون کر اتنا پانی ڈالیں کہ جس سے ٹماٹر اچھی طرح پک جائیں۔
جب مصالحہ پکنے لگے تو چٹلی اتار کر تمام ٹماٹر اس میں بھادیں۔

دھلا ہوا ہر ادھیا اور ہری مرچ نہایت پارک پیس کاٹ کر ٹماٹروں پر پھیلا دیں ساتھ ہی الائچی بھی پارک پیس کوٹ کر ان پر چھڑک دیں اور چٹلی کا منہ بند کر کے ہلکی آگ پر پکائیں۔
چند منٹ ڈھکن ہٹا کر دیکھیں اگر چھپ نہ ہلائیں ورنہ ٹماٹر ٹوٹ جائیں گے۔
اب چٹلی کپڑے سے پکڑ کر ہلائیں جب ٹماٹر اچھی طرح پک جائیں اور مصالحہ بھی گاڑھا ہونے لگے تو چٹلی چوہے سے اتار لیں دم کے ٹماٹر تیار ہیں۔



اجزاء:

مرغی کا گوشت (بغیر ہڈی)	: 100 گرام
تیل	: ایک کھانے کا چمچ
پیاز (سلاکس کی شکل میں کٹا ہوا)	: ایک عدد درمیانہ سائز
زیرہ	: آدھا چائے کا چمچ
لہسن (باریک کٹا ہوا)	: چار پانچ جوئے
چکن شک (بخنی)	: چار کپ
تازہ دھنیے کے پتے	: دو کھانے کے چمچ (کٹے ہوئے)
نمک	: حسب ذائقہ
کالی مرچ (پسی ہوئی)	: پانچ چھ عدد
بالائی	: 1/4 کپ

ترکیب:

(۱) مرغی کے گوشت کو آدھا چمچ کے چوکور ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔

لہسن، سبز دھنیے کے پتے بھی کاٹ لیں، ایک بڑے

مانیکرو پو پرتن میں تیل، زیرہ اور لہسن ڈال کر مائیکرو ویو ہائی

(100%) پر ایک منٹ کے لئے پکائیں۔ پھر اس میں

چکن شک (بخنی) مرغی کے گوشت کے ٹکڑے،

کالی مرچ اور نمک ڈال کر ڈھانپ دیں۔ مائیکرو ویو ہائی

(100%) پر مزید بارہ منٹ کے لئے پکائیں۔

(۲) بالائی پھینٹنے کے بعد پیالوں میں چکن شوربہ ڈال کر

سبز دھنیے کے کٹے ہوئے پتوں سے سجائیں اور گرم مائیکرو ویو پر پیش کریں۔



اجزاء:

چھوٹی مرغی ثابت : دو عدد
نمک : تین چھوٹے چمچ

ترکیب:

- (۱) ایک برتن میں مرغی پانی میں ڈال کر نمک بھی شامل کر دیں اور چوبے پر چڑھا دیں پانی اُبلنے لگے تو بیس منٹ تک اُبلنے دیں اس دوران مرغیوں کو اُلتے پلتے رہیں پھر کڑا ہی چوبے سے اتار لیں اور ڈھکن دے کر رکھ دیں۔
- (۲) اس دوران چکن کو پلٹتے ہوئے ٹھنڈا کریں۔ نیم گرم رہ جائے تو مرغیاں ڈش میں نکال کر فریج میں رکھ دیں ایک گھنٹہ بعد نکالیں اور ان کے ٹکڑے کر کے چاہیں تو ایسے ہی چلی ساس اور سلاڈ کے ساتھ استعمال کریں اور چاہیں تو فرائی کر کے گرم گرم کھائیں مگر گرم آئل میں ایک منٹ سے زیادہ فرائی نہ کریں۔



چاند پوری میٹھے چاول

اجزاء:

چاول	:	آدھا کلو (ایک گھنٹے کے لئے بھگو دیں)
چینی	:	ڈیڑھ پاؤ (شیرہ بنالیں)
لوئگ	:	ایک چائے کا چمچ
پان کا پتہ	:	ایک عدد
چھوٹی الائچی	:	6 عدد
پستہ، کشش	:	دو، دو کھانے کے چمچ (چو پڈ)
بادام کی گریاں	:	دو کھانے کے چمچ (چو پڈ)
کیوڑہ	:	50 ملی لیٹر
گھی	:	ایک پاؤ

ترکیب:

- (۱) آدھا گھی کزنڈا کر لوئگ اور پان کا پتہ ڈال کے انہیں سرخ کر لیں۔
 - (۲) اس میں چاول ڈال کر بھونیں پھر شیرہ شامل کر کے آٹھ تیز کر دیں۔
 - (۳) شیرہ تین حصے خشک ہو جائے تو الائچی کشش، بادام، پستہ اور کیوڑہ ڈال دیں۔
 - (۴) دہکائی کا منہ آٹے سے بند کر دیں اور اسے کوئلوں پر ایک گھنٹہ تک رہنے دیں۔
 - (۵) اسے کھول کر اندازہ کر لیں کہ چاول گھلیں ہیں یا نہیں۔
- گل گئے ہو تو باقی گھی گرم کر کے ڈالیں اور چند منٹ دم پر رکھیں۔
پھر چولہے سے اتار کر سرد کر دیں۔



اجزاء:

8 عدد	:	گول گے
1/2 کپ (اُبلے ہوئے)	:	سفید چنے
1/2 کپ (اُبلے ہوئے)	:	آلو
1/4 کپ (چوپڑ)	:	پیاز، ہر ادھنیا، ہری مرچ
1/4 کپ	:	املی کی میٹھی چٹنی
1/4 کپ	:	دہی (پھینٹ لیں)

ترکیب:

- (۱) آلوؤں کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ کر اس میں سفید چنے، پیاز، ہر ادھنیا اور ہری مرچیں مکس کر لیں۔
- (۲) گول گپوں میں سوراخ کر کے چنے بھریں۔
اوپر دہی اور چٹنی ڈال کر سرو کریں۔



اجزاء:

کیلے	:	6 عدد
سیب	:	ڈیڈھ پاؤ
انگور، آلو، چینی	:	1، 1 پاؤ
مالے	:	6 عدد
انار	:	ڈیڈھ پاؤ
مٹر	:	ایک کپ
لیموں	:	4 عدد
کھٹائی، نمک، مرچ لال	:	حسب ذائقہ
کالی مرچ	:	دو چائے کے چمچ (پسی ہوئی)
دہی	:	آدھا کلو

ترکیب:

- (۱) مٹر اور چنوں کو کچھ دیر کے لئے پانی میں بھگو کر رکھ دیں۔
- (۲) تمام پھلوں کو دھو کر چھیل لیں اور چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔
- (۳) چنوں اور آلوؤں کو ابال لیں
- جب ابل جائیں تو آلوؤں کو چھیل کر چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔
- (۴) ایک برتن میں آدھا لیٹر پانی اور چینی ڈال کر چھوٹے بے پر رکھیں۔
- جب معمولی گاڑھا شیرہ تیار ہو جائے تو کھٹائی، نمک، مرچ، کالی
- مرچ، دہی اور لیموں کا رس نکال کر ڈالیں اور کس کر کے پکے دیں۔
- (۵) جب مناسب گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں
- اب اس میں آلو، چنے اور ککے ہوئے پھل ڈال کر کس کر لیں۔
- مزید ارفروٹ چاٹ تیار ہے۔



اجزاء:

بیف (درمیانے ٹکڑے)	:	آدھا کلو
میدہ	:	چار کھانے کے چمچ
پیاز	:	ایک عدد
مشرومر	:	آدھا کپ
لیموں	:	ایک عدد (جوش نکال لیں)
ادرک، لہسن پیسٹ	:	آدھا کھانے کے چمچ
مشروڈ پیسٹ	:	ایک کھانے کا چمچ
کالی مرچ (کٹی ہوئی)	:	ایک چائے کا چمچ
تیل، نمک	:	حسب ضرورت
دو مشروس	:	دو کھانے کے چمچ

ترکیب:

- (۱) گوشت کے ٹکڑوں کو اسٹک میں پروالیں۔
- (۲) پیالے میں ادرک، لہسن کا پیسٹ کالی مرچ، نمک، لیموں کا رس، مشروڈ پیسٹ، تیک اور دو مشروس شامل کریں۔
- (۳) پھر اس میں اسٹک شامل کر دیں۔
- (۴) ایک گھنٹے بعد یہ سٹک گرل یا فرائی بین میں تل کر پلیٹ میں نکال لیں۔
- (۵) بین میں چار کھانے کے چمچ تیل اور باریک کٹی ہوئی پیاز شامل کر کے لال کریں اور اس میں دو کپ پانی شامل کر دیں۔
- (۶) پھر میدہ سے اس کو گاڑھا کر کے اور مشرومر شامل کر دیں، یہ آمیزہ اسٹیک کے اوپر ڈال کر اس کو بواگل رائس یا بواگل سبزی کیساتھ پیش کریں۔



اجزاء:

دہی	:	ایک کپ
پیسن	:	4 کھانے کے چمچ
زیرہ پاؤڈر	:	ایک چوتھائی چائے کا چمچ
کھانے کا سوڈا	:	ایک چمکی
تیل	:	حسب ضرورت
چینی	:	2 چائے کے چمچ

ترکیب:

- (۱) بیسن میں زیرہ، سوڈا، اور پانی ملا کر پیسٹ بنالیں۔
اس کے پکوڑے تیل لیں۔
- گرم پکوڑے ٹھنڈے پانی میں ڈال کر پھر پاتھ سیدھا کر نکال لیں۔
- (۲) دہی میں شکر ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں
پھر پکوڑے دہی میں ڈال دیں۔

درباری فش

اجزاء



پھلی آدھا کلو
اورک بسن کا پیسٹ دو کھانے کے چمچ
تمک حسب ذائقہ
لیوں کا رس ایک کھانے کا چمچ
زیرہ ایک چائے کا چمچ پسایا ہوا
دھنیا ایک چائے کا چمچ پسایا ہوا
گرم مصالحہ آدھا چائے کا چمچ پسایا ہوا
لال مرچ ایک چائے کا چمچ پسائی ہوئی
ٹماٹر کا پیسٹ دو کھانے کے چمچ
ریڈ فوڈنگر ایک سے دو قطرے
اجوائن آدھا چائے کا چمچ
ہرا دھنیا دو کھانے کے چمچ کٹا ہوا
پودینہ دو کھانے کے چمچ کٹا ہوا
میدہ ایک چوتھائی کپ
پانی تین سے چار کھانے کے چمچ
تیل ایک چوتھائی کپ

ترکیب / اجزاء

پہلے پھلی کو دھو کر چھوٹے ٹکڑے بڑکات لیں۔

اب ایک پیالے میں اورک بسن کا پیسٹ، تمک اور لیوں کا رس شامل کر کے میری نیٹ کر لیں اور ایک طرف رکھ دیں۔

اب دوسرے پیالے میں زیرہ، دھنیا، گرم مصالحہ، لال مرچ، ٹماٹر کا پیسٹ، ریڈ فوڈنگر، اجوائن، ہرا دھنیا، پودینہ اور میدہ شامل کر کے اچھی طرح مکس کر لیں اور پانی شامل کر کے گاڑھا سا پیسٹ تیار کر لیں۔

پھر میری نیٹ کی ہوئی پھلی اس میں شامل کر کے اچھی طرح سے میری نیٹ کر لیں۔

اب پین میں تیل گرم کر کے مصالحہ لگی ہوئی پھلی کو ایک طرف سے رکھ کر تھوڑا تھوڑا سا فرائی کر لیں۔

جب سنہری رنگ آجائے تو دوسری طرف سے فرائی کر لیں۔

تیار ہونے پر نکال کر کسی بھی چٹنی یا سوس کے ساتھ سرو کریں۔

بھاری پرائٹھا

اجزاء



آٹا آدھا کلو
نمک آدھا چائے کا چمچ
پانی حسب ضرورت
گھی حسب ضرورت
فلنگ کے لئے
چنے کی دال دو سو پچاس گرام
(پیاز ایک عدد کٹی ہوئی)
ادرک لمبن کا پیسٹ ایک چائے کا چمچ
کالازیرہ آدھا چائے کا چمچ
نمک آدھا چائے کا چمچ
(گرم مصالحہ آدھا چائے کا چمچ پسا ہوا)

ترکیب/اجزاء

چنے کی دال کو پیاز، ادرک لمبن کا پیسٹ، کالازیرہ، نمک، پسا گرم مصالحہ اور دو کپ پانی کے ساتھ ابالیں یہاں تک کہ پانی خشک ہو جائے اور دال گل جائے۔
اب اسے ٹھنڈا کر کے اچھی طرح گرامینڈ کر لیں۔
آٹے میں نمک اور تھوڑا سا پانی ڈال کر اس کی ڈوبنا لیں۔
پھر ڈوکودس برابر کے حصوں میں تقسیم کریں۔
اب ایک پیڑے کو ہلکا سا رول کر کے درمیان میں فلینگ ڈالیں اور دوبارہ رول کر لیں۔
اب اسے پرائٹھے کی شکل دے کر تیل سے پرائیں۔
ساتھ میں گھی ڈالیں اور بھجیا کے ساتھ سرو کریں۔



اجزاء:

مرغی کے سینے	:	تین عدد
ادرک	:	دواچ کا ایک قلمہ (کاٹ لیں)
ہری پیاز	:	چار عدد (کٹی ہوئی)
آم	:	چار عدد (آدھی اچھ موٹائی میں کاٹیں)
بجنی	:	پوتا کپ
تیل تیز کے لئے	:	حسب ضرورت
سویا ساس، تلوں کا تیل	:	ایک ایک کھانے کا چمچ
کارن فلور	:	دو کھانے کے چمچ
Batter کے اجزاء	:	
چینی، سفید سرکہ	:	دودھ چائے والے چمچ
میدہ	:	ایک کپ
بیکنگ پاؤڈر، نمک	:	آدھا آدھا چائے والا چمچ

ترکیب:

(1) Batter کے اجزاء کو پانی میں ملا کر خوب پھیلت لیں اور ڈھانپ کر آدھے گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ مرغی کے سینوں میں سے بڑی نکال کر گوشت کو پوری لمبائی کے رخ 1/2 اچھ موٹائی میں کاٹ لیں۔ چار کپ تیل گرم کر کے مرغی کی ان لمبی لمبی Strips کو تیل کر نکال لیں چھ کھانے والے چمچ تیل کو کڑا ہی میں گرم کر کے ادرک ڈالیں اور پھر سویا ساس والا ”گھول“ ڈال دیں۔

(2) پکا کر قدرے گاڑھا ہونے پر فرائی شدہ چکن اور آم کی Strips ڈال دیں ساتھ ہی کٹی ہوئی ہری پیاز بھی (سبز حصہ) ڈال دیں، ڈش میں نکال کر فوراً پیش کریں ورنہ تیل سے ہونے چکن کی خوشگئی نرم ہونے لگتی ہے۔

پالک گوشت

اجزاء

گوشت آدھا کلو
پیاز ۲ عدد بڑی ڈلیاں
پالک ایک کلو
نمک ۲ عدد
دہی ایک پیالی
لہسن تھوڑا سا
لال مرچ ۲ عدد
زیرہ ایک چمچ
خٹک دھنیا ایک چمچ
بلدی ایک چمچ
دارچینی ایک ٹکڑا
کالی مرچ ایک چمچ
گرم مصالحہ ایک چمچ
نمک حسب ضرورت
سبزی ۲ چمچ



ترکیب / اجزاء

دہی پھینٹ لیں، پیاز کتر لیں، لہسن، اورک دھنیے اور زیرے کو پیس کر
ایک لٹری بنالیں گھی میں کتری ہوئی پیاز لال کریں اور اس میں دارچینی
اور کالی مرچ ملا دیں۔

پیاز لال ہو جانے کے بعد پیاز اور مصالحہ اور نمکوں کے سٹے پتیلی میں ڈال دیں۔
اور اس میں کٹھیر چلاتے رہیں پانچ سات منٹ بعد اس میں گرم مصالحہ، دہی اور
گوشت کی بوٹیاں ڈالیں۔

انہیں سب طرف سے سرخ کرنے کے لیے ضروری ہے کہ چلا کر انہیں الٹتے پلٹتے
رہیں اس طرح گوشت خوب اچھی طرح بھجن جائے گا۔

اسکے بعد انہیں پالک کا کڑا ل دیں اور پے سے لک ڈالیں اور دھنیا کا منہ اوپر سے
ڈھانپ دیں مگر کبھی کبھی چینی اٹھا کر سالن میں کٹھیر ضرور چلائیں۔

جب پالک ساگ نرم ہو جائے پتیلی کی چنی بنا کر کٹھیر چلائیں یہاں تک کہ اس کا پانی
خٹک ہو جائے۔ سالن تیار ہے



اجزاء:

ایک کلو	:	چکن (چھوٹے ٹکڑے)
پچاس گرام	:	مرغی کی چربی
چار چم	:	ادرک پیسٹ
چار چم	:	لہسن پیسٹ
دس عدد	:	ہری مرچ
حسب ذائقہ	:	نمک
ایک چم	:	الائیچی
ایک چم	:	سفید مرچ

ترکیب:

- (۱) مرغی، ادرک، لہسن، ہری مرچ اور مرغی کی چربی کو ملا کر پیس لیں۔
- (۲) الائیچی اور سفید مرچ ملا کر ایک گھنٹے کے لئے الگ رکھ دیں۔
- (۳) سینوں پر لگا کر اوون میں گرل کر لیں یا انگیٹھی پر پکائیں۔



چکن تکے

اجزاء:

چوزے	:	دو عدد
گھی یا مکھن	:	60 گرام
خشک دھنیا	:	30 گرام
سرخ مرچ پاؤدر، نمک	:	حسب ذائقہ
سفید زیرہ	:	30 گرام
کچا پیتا	:	ایک چھوٹی پھانک
ٹماٹر	:	دو عدد
سلاد	:	تھوڑا سا

ترکیب:

- (۱) چوزوں کو کٹی ٹکروں میں اس طرح کاٹیں کہ ان کے مختصر پار بچے بن سکیں۔
- (۲) دھنیا، سرخ مرچ، سفید زیرہ اور پیتا پیس کر مصالحہ تیار کریں اور چوزوں کے ٹکڑوں پر مل دیں۔
- (۳) پھر انہیں تیخ پر چڑھا کر پختہ کریں اور گھی ٹپکاتے جائیں۔
- (۴) جب تیار ہو جائے تو ٹماٹر اور سلاد پتہ کی گارنش کر کے پیش کریں۔



بنانا کوکونٹ پاؤڈر کے ساتھ

اجزاء:

کیلے	:	6 عدد چھیل کر ذرا بڑے ٹکڑے کر لیں
لیموں کارس	:	آدھا کپ
چینی پسی ہوئی	:	آدھا کپ
کوکونٹ پاؤڈر	:	حسب ضرورت
بادام	:	10 عدد (باریک کئے ہوئے)

ترکیب:

- (۱) کیلے کے ٹکڑوں کو لیموں کے رس میں ڈبوئیں پھر چینی اور کوکونٹ کے پاؤڈر کو اچھی طرح سے چاروں طرف لگالیں۔
- (۲) بادام ہلکے سے بھون لیں جب سنہری ہو جائیں تو کیلے کے اوپر چھڑک دیں۔
- (۳) یہ ڈش جس وقت استعمال کرنی ہو اسی وقت تیار کریں تو بہتر ہوگا۔



اجزاء:

مرغ کا گوشت	:	ایک پاؤ
مضروں کے دانے	:	ایک چوتھائی کپ
بجنی	:	آٹھ کپ
دودھ	:	آدھا کپ
کارن فلور	:	کھانے کا ایک چم
سادہ نمک اور ایمیونو موٹو	:	حسب ضرورت

ترکیب:

- (۱) مرغ کے گوشت کو پال لیں اور اُبلنے پر اس میں سے ہڈیاں نکال دیں اور گوشت کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر لیں۔
مٹر پال لیں اس قدر پالیں کہ بکھلے لگیں
اس کے بعد انہیں پیسٹ کی شکل میں بنالیں۔
- (۲) تھوڑے سے تیل میں اس پیسٹ کو فرائی کریں اور اس میں مرغ کے ٹکڑے ڈال دیں۔ ساتھ ہی نمک اور بجنی بھی ڈال دیں۔
تھوڑی دیر کے بعد دودھ ڈالیں اور تین چار منٹ کے بعد کارن فلور کا پیسٹ بنا کر ڈال دیں۔
- (۳) چند منٹ بکھنے دیں اس کے بعد اتار کر برتن میں نکال لیں اور پیش کریں۔



اجزاء:

چکن کے پارچے	:	ایک کلو
دہی	:	ایک پاؤ
پسا ہوا گرم مصالحہ	:	ذائقہ کے مطابق
نمک	:	حسب ضرورت
مرچ	:	حسب ضرورت
پودینہ کی چٹنی	:	ایک پیالی

ترکیب:

- (۱) دہی میں پسا ہوا گرم مصالحہ، نمک، مرچ اور تھوڑا سا پیٹا پٹیس کر ملا دیں۔
 - (۲) پسندوں کو دھو کر خشک کر لیں اور مصالحہ ملے دہی میں ملا کر تین گھنٹے کے لئے فریج میں رکھ دیں۔
 - (۳) اس کے بعد نکال لیں اور سینخوں میں پرو کر توڑے یا کونکوں پر ان کو سرخ کر لیں۔
- اس دوران سینخ کو گھوماتی رہیں تاکہ ہر طرف سے کباب سرخ ہو جائیں۔ برش کے ساتھ ان کے اوپر گھی لگاتی جائیں۔ تیار ہونے پر سرو کریں۔

فروزن پراٹھا



اجزاء

میدہ آدھا کلو
چینی دو کھانے کے چمچ
گھی چار کھانے کے چمچ
نمک ایک چائے کا چمچ
خمیر ایک چائے کا چمچ
ماسٹر پف چار اونس

ترکیب / اجزاء

ایک پیالے میں میدہ، چینی، گھی، نمک اور خمیر کو نیم گرم پانی کے ساتھ گوندھ لیں اور تیس منٹ کے لیے ڈھک کر چھوڑ دیں۔

اب اس کے پیڑے بنا کر نیل لیں اور ماسٹر پف چمڑک کرواپس سے پیڑا بنالیں۔

پھر اسے نیل کر پلاسٹک شیٹ میں رکھ کر فریز کر دیں۔

اس کے بعد حسب ضرورت استعمال کریں۔

قیمہ مٹر بریانی

اجزاء:



قیمہ	آدھا کلو
چاول	تین پیالی
مٹر	دو پیالی
ہمک	حسب ذائقہ
ادرک، لہسن، پیاز ہوا	دو کھانے کے چمچ
کالی مرچ، گدڑی پسی ہوئی	ایک چائے کا چمچ
پیاز	تین عدد درمیانی
آلو	چار عدد
ٹماٹر	تین عدد درمیانے
پسی ہوئی لال مرچ	ایک کھانے کا چمچ
بلدی	ایک چائے کا چمچ
پیاز ہوا دھنیا	ایک کھانے کا چمچ
دسی	آدھی پیالی
ہری مرچیں	دو سے تین عدد
ہرا دھنیا	آدھی گھٹی
ڈالڈا کوکنگ آئل	حسب ضرورت

ترکیب:

آلوؤں کو چمیل کر دو بکڑے کر لیں اور ڈالڈا کوکنگ آئل میں بھلی آٹجی پرفرائی کرنے رکھ دیں۔
 چین میں چار کھانے کے چمچ ڈالڈا کوکنگ آئل میں دو عدد باریک کٹی ہوئی پیاز کو سنہری فرائی کریں اور اس میں
 ایک کھانے کا چمچ ادرک، لہسن، ہمک، لال مرچ، بلدی، دھنیا اور ٹماٹر ڈال کر دھک دیں۔
 جب ٹماٹر گٹنے پر آجائے تو اس میں قیمہ اور فرائی کئے ہوئے آلو ڈال کر درمیانی آٹجی پر پکائیں، جب قیمے کا پانی
 خشک ہونے پر آجائے تو اچھی طرح بھون کر باریک کٹا ہوا ہرا دھنیا چھڑک کر چولہے سے اُتار لیں۔
 علیحدہ چین میں دو سے تین کھانے کا چمچ ڈالڈا کوکنگ آئل میں ایک باریک کٹی ہوئی پیاز کو سنہری فرائی کریں۔
 پھر اس میں ادرک، لہسن، ہمک، کالی مرچ، ہری مرچیں اور مٹر ڈال کر اچھی طرح بھونیں۔
 چار پیالی پانی ڈال کر ڈھک کر بھلی آٹجی پر پکائیں، دس سے بارہ منٹ بعد جب پانی اُٹنے پر آجائے تو اس میں
 چاول (پیلے سے دھو کر رکھے ہوئے) ڈالیں اور درمیانی آٹجی پر پکائیں۔
 پانی خشک ہونے پر چاولوں کو ہلکا سا ملائیں اور آدھے چاول الگ نکال لیں، اس میں بھنے ہوئے قیمے کی تہہ
 لگائیں اور چاول ڈال کر ڈھک کر دم پر رکھ دیں۔



چائیز مشروم اور چکن

اجزاء:

کارن فلور	:	ایک کھانے کا چمچ
چلی ساس	:	ایک چائے کا چمچ
چینی	:	آدھا چائے کا چمچ
مشروم	:	بارہ عدد
گوشت مرغی	:	ایک پاؤ
ادرک	:	دو چائے کے چمچ (چورا شدہ)
لہسن	:	دو چائے کے چمچ
اجینوموٹو	:	دو چائے کے چمچ
مرغی کی بخنی	:	ڈیڑھ کپ
سویا ساس	:	ایک چائے کا چمچ
نمک	:	حسب ضرورت

ترکیب:

(۱) گوشت میں آدھا اجینوموٹو، نمک، چینی، کارن فلور اور ایک کھانے کا چمچ کارن آئل ڈالیں اور ان کو آپس میں اچھی طرح ملا کر ایک کپ کارن آئل گرم کر کے گوشت تل کر نکال لیں اور آئل میں ادرک، لہسن، ڈال کر تیل کر گوشت کو دوبارہ ڈال دیں اور اس میں بخنی چینی، اجینوموٹو، سویا ساس (حسب ضرورت) اور نمک ڈال دیں۔

(۲) جب یہ گرم ہو جائے تو مشروم کو چار چار گلوں میں کاٹ کر ڈالیں۔ کارن فلور کو پانی میں گھول کر آہستہ آہستہ ڈالیں۔ جب گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں۔ مزیدار چینی مشروم چکن تیار ہے۔ اسے چینی چاولوں کے ساتھ تناول فرمائیں۔

چائیز مچھلی توس

اجزاء



مچھلی دوسو چپاس گرام (بغیر ہڈی کے ٹکڑے

ڈبل روٹی حسب ضرورت

چائیز نمک آدھا چائے کا چمچ

انڈہ ایک عدد

پیاز ایک عدد

(کالی مرچ آدھا چائے کا چمچ (پسی ہوئی

نمک ایک چائے کا چمچ

میدہ دو چائے کا چمچ

تیل تلنے کے لیے

ترکیب / اجزاء

بلینڈر میں مچھلی، نمک، میدہ، چائیز نمک، پیاز، انڈہ اور کالی مرچ کو باریک پیس لیں۔

ڈبل روٹی کے کنارے کاٹ دیں اور ایک ڈبل روٹی کے سلائس کے چار چوکور ٹکڑے کاٹ لیں۔

مچھلی کے آمیزے کو ڈبل روٹی کے ٹکڑوں کے اوپر لگا نہیں۔

اس عمل کو دہراتے ہوئے سارا آمیزہ استعمال کر لیں۔

فرائنک پین میں تیل گرم کریں اور ڈبل روٹی کے ٹکڑوں کو اس میں تل کر جاذب کاغذ پر اُتار لیں۔

کوفتہ پلاؤ



اجزاء

چاول آدھا کلو

قیمہ ایک پاؤ

انڈے دو عدد

مٹر تین پاؤ

پیاز آدھ پاؤ

گھی آدھ پاؤ

گرم مصالحہ دو چمچ

نمک حسب ذائقہ

سرخ مرچ ایک چمچ

چنے کا آنا دو چمچ

ترکیب / اجزاء

چاول صاف کر کے بھگو دیجیے مٹر کے دانے نکال لیجیے پٹیلے میں قیمہ، نمک،

سرخ مرچ چنے کا بھنا ہوا آنا، گرم مصالحہ ایک چمچ اور ایک پاؤ پانی ڈال کر ہلکی آنچ پر پکائیے۔

جب پانی خشک ہو جائے تو اتار کر باریک پیس کر کوفتے بنا کر پھینٹے ہوئے انڈے میں بھگو کر تیل لیجیے۔

پتیلی میں گھی گرم کر کے پیاز سرخ کر کے مٹر کے دانے بھون لیجیے چند منٹ بعد کوفتے بھی بھون لیجیے۔

پھر ایک کلو پانی، نمک اور گرم مصالحہ ڈال کر ہلکی آنچ پر پکائیں۔

جب جوش آجائے تو چاول ڈال دیں جب پانی خشک ہو جانے لگے تو اوون کی ٹرے میں الٹ دیں

اور دم کے لیے اوون میں رکھ دیں۔

دس بارہ منٹ بعد اوون سے نکال کر ڈش میں ڈال دیں کوفتہ پلاؤ تیار ہے۔



اجزاء:

چکن	:	آدھا کلو (درمیانے ٹکڑے)
(کئی کا آٹا) کارن فلور	:	چار چائے کے چمچ
پیاز	:	ایک عدد (باریک کٹی ہوئی)
انڈے	:	دو عدد (صرف سفیدی)
کالی مرچ	:	ایک چائے کا چمچ (پسی ہوئی)
اجینو موتو	:	ایک چائے کا چمچ
ہری مرچ	:	دو عدد
سویا ساس	:	ایک عدد
نمک	:	حسب ذائقہ

ترکیب:

- (۱) ساس پین میں چکن، پیاز، سیاہ مرچ، نمک اور پانی ڈال کر بخنی تیار کریں گوشت گل جائے تو بخنی چھان کر الگ نکال لیں۔ ابلی ہوئی بوٹیوں کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر لیں۔ ایک پیالی پانی میں کارن فلور کو اچھی طرح سے حل کریں۔
- (۲) بخنی میں کارن فلور کا آمیزہ اور چھوٹے چھوٹے گوشت کے ٹکڑے ڈال کر دھبی آج پر چند منٹ تک پکائیں جب سوپ آپ کی پسند کے مطابق گاڑھا ہو جائے تو انڈے کی سفیدی ملا دیں اور چمچ سے سوپ میں خوب اچھی طرح سے کس کریں۔
لیجئے! سوپ تیار ہوا۔

پالک کاساگ

اجزاء

پالک کاساگ اور سویا ایک سیر

گھی ایک پاؤ

زیرہ تھوڑا سا

پینگ تھوڑی سی

نمک حسب ذائقہ

لال مرچ حسب ذائقہ

پیاز آدھ پاؤ



ترکیب/اجزاء

ساگ اور سویا باریک کتر لیں اور پانی میں بھگو کر اچھی طرح دھولیں پھر گھی کڑکڑائیں اور اس میں زیرہ اور پینگ ڈال دیں۔

پھر ساگ اور کتری ہوئی پیاز ڈالیں اور نمک مرچ بھی ملا دیں سالن کو دم پر رکھیں جب ساگ گل جائے تو اس کو کافی دیر تک بھوئیے۔



اجزاء:

آدھا کلو (بڑے ٹکڑے کاٹ لیں)	:	چکن
ایک کھانے کا چم	:	ادرک، لہسن کا پیسٹ
چار عدد	:	انڈے (بھینٹے ہوئے)
ایک کھانے کا چم	:	لال مرچ پاؤڈر
ایک چائے کا چم	:	ہلدی
آدھا چائے کا چم	:	زیرہ پاؤڈر
آدھا چائے کا چم	:	گرم مصالحہ پاؤڈر
حسب ضرورت	:	تیل، نمک
حسب ضرورت	:	بریڈ کرمز

ترکیب:

- (۱) تیل میں ادرک، لہسن پیسٹ فرائی کریں اور چکن شامل کر کے بھون لیں۔
لال مرچ، ہلدی، گرم مصالحہ، نمک اور تھوڑا سا پانی ڈال کر ڈھک دیں اور 3 سے 4 منٹ پکائیں۔
- (۲) زیرہ پاؤڈر شامل کر کے 1-2 منٹ دم لگائیں اور چوبے سے اتار لیں۔
- (۳) چکن پر اچھی طرح بریڈ کرمز لگائیں اور انڈے میں ڈپ کر کے آئل میں گولڈن براؤن ڈپ فرائی کر لیں۔
- (۴) نمائزہ، کھیرے اور سلاڈ کے پتے سے سجا کر پیش کریں۔

مینگو چیز کیک



اجزاء

بسکٹ کا چورا دو کپ
مکھن پچاس گرام
فلنگ کے لیے
جیلیٹن پاؤڈر دو کھانے کے چمچ
کریم چیز ایک بوتل
کریم دو پیکٹ
چینی ایک کپ (پس ہوئی)
میگوا سسنس آدھا چائے کا چمچ
آم کا گودا ایک کپ
میگوا جیلی ایک پیکٹ

ترکیب / اجزاء

بسکٹ کا چورا اور مکھن کو اچھی طرح ملا کر مولڈ میں ڈالیں اور خوب دب کر فریج میں رکھ دیں۔
فلنگ کے لیے: جیلیٹن پاؤڈر کو نیم گرم پانی میں بھگو دیں۔
پھر ایک الگ برتن میں کریم چیز، کریم، چینی، میگوا سسنس اور آم کا گودا ڈال کر بیٹر سے پھینٹ لیں۔
اب اس مکسچر کو مولڈ میں بسکٹ کے آمیزے کے اوپر ڈال کر دو گھنٹے کے لیے فریج میں رکھیں۔
پھر میگوا جیلی کو دو کپ پانی میں ڈال کر پکائیں اور ٹھنڈا کر کے میگو چیز کیک پر ڈالیں۔
آخر میں اس کیک کو مزید بیس منٹ ٹھنڈا کر کے سرو کریں۔

”فش پلاؤ“

اجزاء



سرخی چھلی: آدھا کلو
چاول: تین سو گرام (بھیکے ہوئے)
اورک لیسن کا پیسٹ: ایک کھانے کا چمچ
گرم مصالحہ: ایک چائے کا چمچ
بلدی: ایک چائے کا چمچ
ملک: حسب ذائقہ
تیل: حسب ضرورت
گھی: آدھا کپ

پیان: دو عدد

گرم مصالحہ: حسب ضرورت (ثابت)

ہری مرچ: چار سے پانچ عدد

کڑی پتہ: دس سے بارہ عدد

سفید زیرہ: ایک چائے کا چمچ

کالا زیرہ: ایک چائے کا چمچ

نماز: دو عدد (اچھے چھوٹے کئے ہوئے)

ترکیب/اجزاء

پچھلے چھلی کے پیسے دو کڑی پتہ کر لیں۔

پچھلے چھلی میں اورک لیسن کا پیسٹ، بلدی اور قموڑا سا ملک لگا کر بری نیت کر لیں۔

پچھلے چھلی میں قموڑے سے تیل میں ٹیلہ فراہمی کر کے ایک طرف رکھ دیں۔

پچھلے چھلی میں گھی گرم کر کے پیاز، ثابت گرم مصالحہ، ہری مرچ کڑی پتہ سفید زیرہ اور کالا زیرہ

شال کر کے ایک سے دو منٹ تک بھوئیں۔

پچھلے چھلی میں سوائے ذرا ہڈی گلاس تک پانی شامل کریں۔ جب پانی گرم ہو جائے تو بھیکے ہوئے چاول شامل کریں۔

پچھلے چھلی میں چول کر اوپر آئے نکلیں تو اس میں نماز اور فرانی کری ہوئی چھلی شامل کر کے کس کریں اور آٹھ سے

دس منٹ تک کا دم دیں۔

پریزنٹیشن:

فش پلاؤ کو راسے اور سلاو کے ساتھ پیش کریں۔

لبنانی بینگن

اجزاء

بینگن آدھا کلو (چھیل کر چھوٹے ٹکڑے کر لیں)



لہسن ایک کھانے کا چمچ (پسا ہوا)

پیاز دو عدد (درمیانے سائز کے)

بلدی ایک چائے کا چمچ

ٹماٹر دو عدد (درمیانے سائز کے، کٹے ہوئے)

ہری مرچ چار عدد (درمیان سے کاٹ لیں)

ثابت دھنیا ایک کھانے کا چمچ

رائی ایک چائے کا چمچ (کوٹ لیں)

لیموں ایک عدد (رس نکال لیں)

ادرک ایک کھانے کا چمچ (پسی ہوئی)

لال مرچ ایک چائے کا چمچ (پسی ہوئی)

ہرا دھنیا آدھی گڈی (کتر لیں)

سفید زیرہ ایک کھانے کا چمچ

نمک حسب ذائقہ

کوننگ آئل آدھی پیالی

ترکیب / اجزاء

دبئی میں آئل گرم کر کے اس میں ثابت دھنیا، رائی اور سفید زیرہ ڈالنے کے بعد پیاز بھی شامل کر دیں۔

جب پیاز سہری ہونے لگے تو اس میں پسی ہوئی لال مرچ اور بلدی ڈال کر چند منٹ چالنے کے بعد اس میں بینگن، ٹماٹر،

لہسن، ادرک اور نمک شامل کر کے درمیانے آگ پر بیویں اور اس دوران دھنن شدھا نہیں۔

پانی خشک ہو جانے پر ہرا دھنیا اور ہری مرچ کے علاوہ لیموں کا رس بھی ہانڈی میں اچھی طرح مکس کر دیں۔

پھر دس منٹ کے لیے چاہا بند کر کے دھنن سے ڈھانپ کر رکھنے کے بعد دہی کے رائے اور چٹائی کے ساتھ نوش کریں۔

وٹیکھیل سوپ

اجزاء:



منر	چار کھانے کے چمچ
گاجر	ایک عدد درمیان
لوکی	آدھی پیالی
آلو	ایک درمیان
ٹماٹر	ایک عدد
میکرونی	آدھی پیالی
نمک	حسب ذائقہ
لہسن	ایک سے دو جوئے
ثابت کالی مرچ	تین سے چار عدد
چکن پاؤڈر	ایک چائے کا چمچ
مارجرین یا مکھن	ایک کھانے کا چمچ
ڈالڈا کوئنگ آئل	ایک کھانے کا چمچ

ترکیب:

تمام ہزیوں کو دھو کر کاٹ لیں، چمن میں مارجرین یا مکھن کے ساتھ ڈالڈا کوئنگ آئل ڈال کر گرم کریں اور اس میں کالی مرچ اور لہسن ڈال کر ایک منٹ فرائی کریں۔

پھر اس میں تمام ہزیوں کا ڈال کر چار سے پانچ منٹ فرائی کریں پھر اس میں چار پیالی پانی ڈال کر پکھن دیں۔

جب ہزیوں گٹنے پر آجائے تو ان کو چوبے سے اُتار کر تھوڑا سا ٹھنڈا کریں اور بلینڈر میں ڈال کر بلینڈ کر لیں۔

دوبارہ سے پین میں ڈال کر اس میں نمک، چکن پاؤڈر اور میکرونی ڈال کر دس سے بارہ منٹ پکائیں تاکہ میکرونی گل جائے

اور سوپ حسب پسند گاڑھا ہو جائے۔

پریزنٹیشن:

پیالوں میں نکال کر اس غذا ایت بھرے سوپ میں حسب پسند سویا ساس اور چلی ساس ڈال کر پیش کریں۔

چاہیں تو پیش کرتے ہوئے اس میں آبی ہوئی ریشکی ہوئی چکن بھی شامل کر لیں۔

چنے کی دال اور لوکی

اجزاء



لوکی آدھا کلو
چنے کی دال دو کپ (اُبے ہوئے)
گرم مصالحہ تین چوتھائی چائے کا چمچ (پہا ہوا)
کونجی آدھا چائے کا چمچ
ہری مرچ تین سے چار عدد
پیاز دو عدد
ثابت گرم مصالحہ تھوڑا سا
سفید زیرہ ایک چائے کا چمچ
اورک ہسن کا پیٹ ایک کھانے کا چمچ
ٹماٹر تین عدد
نمک حسب ذائقہ
(لال مرچ دو چائے کے چمچ (پسی ہوئی)
ہلدی تین چوتھائی چائے کا چمچ
کڑی پتہ چھ سے آٹھ عدد
پودینہ گارنشنگ کے لئے
تیل حسب ضرورت
پانی حسب ضرورت

ترکیب / اجزاء

تیل گرم کر کے پیاز فرائی کریں۔
اب اس میں تھوڑا سا ثابت گرم مصالحہ اور سفید زیرہ ڈالیں۔
ساتھ ہی اورک ہسن کا پیٹ، ٹماٹر نمک، پسی لال مرچ، ہلدی اور کڑی پتہ شامل کر کے مصالحہ بھون لیں۔
پھر لوکی ڈال کر تھوڑا بھونیں۔
اس کے بعد اُبے چنے کی دال شامل کر کے اچھی طرح مکس کریں اور ایک کپ پانی ڈال کر اتنی دیر پکا لیں کہ لوکی گل جائے۔
اب پہا گرم مصالحہ اور کونجی شامل کر کے پانچ منٹ دم پر رکھیں۔
آخر میں ہری مرچ اور پودینے سے گارنش کر کے سرور کریں۔



مچھلی کے کوftے

اجزاء	مچھلی	1/2 کلو (بغیر کانٹوں کی کوئی سی)	انڈے کی سفیدی	2 عدد
کارن فلور	1 کھانے کا چمچ	اتنی نوموتو	1 چائے کا چمچ	
نمک	حسب ذائقہ	تیل	تیلے کیلئے حسب ضرورت	
ساس کی تیاری کیلئے اجزاء				
ٹماٹو کچپ	4 کھانے کے چمچ	سرکہ	2 کھانے کے چمچ	
چینی	حسب ذائقہ	کارن فلور	2 چائے کے چمچ	
ہری پیاز	2 عدد (باریک کاٹ لیں)	شملہ مرچ	2 عدد (لمبائی میں کاٹ لیں)	

نوٹ

اگر چاہیں تو ساس کے اجزاء ہاہم کس کر کے کچھ بنا کر رکھ لیں۔

ترکیب

چاہر میں مچھلی، انڈے کی سفیدی، کارن فلور، اتنی نوموتو، نمک ڈال کر پیسٹ بنالیں۔ اس پیسٹ سے گول گول کوftے بنالیں۔ ان کوftوں کو خشک کارن فلور میں رد کر کے کوٹ کر لیں اور انہیں گرم تیل میں ڈیپ فرائی کر لیں۔ ایک چین میں تیل گرم کر کے کئی شملہ مرچ اور ہری پیاز ڈال کر فرائی کر لیں پھر اس چین میں ہی ساس کچھ ڈال کر اچھی طرح مکس کریں اور پکا گرم کر کے اس میں تھے ہوئے کوftے ڈال کر ہلکی آگ پر پکائیں۔ جب روغن نظر آئے اور کوftے خوشبودیں تو ڈش میں نکالیں۔ چاول اور رت کے نان دونوں کے ساتھ کھا سکتے ہیں۔ کچپ کے ساتھ بھی بہت لذیذ لگتے ہیں۔

ثابت بھنڈی

اجزاء



بھنڈی آدھا کلو

گھی آدھا کلو

خشک دھنیا آدھا چھٹانک

سونف آدھا چھٹانک

زیرہ آدھا چھٹانک

لہسن دو پوتھی

کھٹائی کا سونف تین ماشہ

سرخ مرچ حسب ذائقہ

نمک حسب ذائقہ

ترکیب/اجزاء

بھنڈیوں کو دھو کر ان کی ڈنڈیاں کاٹ کر الگ کر دیجیے اور چاقو کی نوک سے بھنڈیوں میں شگاف ڈالیں تاکہ نمک اور مصالحہ ان میں اچھی طرح جذب ہو سکے۔ اب گھی میں لہسن کا بھگا روئے کے بھنڈیوں کا ان میں اچھی طرح تیلے اور ان کا لیس جاتا رہے تو بھنا ہو زیرہ، خشک دھنیا اور سونف ڈال کر ایک بار پھر سے بھونے ساتھ ہی کھٹائی بھی ڈال دیجیے زرا دیر بعد بھنڈی گل جائے گی۔



اسپنش فرائی فیش

تیارى کا وقت	7 منٹ
پکانے کا وقت	20 منٹ
افراد	5 عدد

اجزاء

مچھلى کے تیلے	1 کلو
نمک	حسب ذائقہ
لہسن جوے	2 عدد
کالی مرچ	آدھا چائے کا چمچ
مسٹرڈ پیسٹ	آدھا چائے کا چمچ
لیموں	2 عدد
میدہ	حسب ضرورت
ڈبل روٹی کا چورا	آدھی پیالی
تازہ پارسلے	تین ڈنسل
تیل	حسب ضرورت

ترکیب/اجزاء

مچھلی کے قتلوں پر مسٹرڈ پیسٹ مل دیں
ایک پیالے میں 4 کھانے کے چمچے میدہ ڈبل روٹی کا چورا نمک اور کالی مرچ ملائیں
مچھلی کے قتلوں کو اس کچھر میں اچھی طرح رول کر لیں اور تیل میں فرائی کریں
اس کا ساس بنانے کے لیے چار کھانے کے چمچے تیل گرم کریں اس میں ایک چائے کا چمچ
لیموں کا چھلکا کس کر کے ڈالیں
خوشبو آنے پر کچلا ہوا لہسن ڈال کر فرائی کریں
دو چمچے میدہ ڈال کر بھونیں، اب اس میں 3 کھانے کے چمچے لیموں کا رس
اور تھوڑا سا پانی ڈال کر ہلکا سا گاڑھا ہونے تک پکائیں
آخر میں کٹا ہوا پارسلے ملائیں



اجزاء:

ایک کلو	:	چانپیں
دو کھانے کے چمچ	:	اورک پیسٹ
دو عدد (باریک کوٹ لیں)	:	پیاز
آدھا کلو	:	دہی
حسپ ذائقہ	:	گرم مصالحہ
حسپ ذائقہ	:	کالی مرچیں
حسپ ذائقہ	:	نمک
حسپ ضرورت	:	تیل
حسپ ضرورت	:	سفید سرکہ

ترکیب:

- (۱) چانپیں سفید سرکہ سے دھو کر خشک کر لیں۔
- (۲) اورک، پیاز، لہسن، گرم مصالحہ، کالی مرچ اور نمک کو دہی میں کس کر کے چانپوں کو اس میں ڈال کر آدھے گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔
- (۳) پین میں چانپیں اور اتنا پانی ڈال کر پکائیں کہ پانی خشک ہو جائے اور چانپیں گل جائیں۔
- (۴) پھر آئل گرم کر کے فرائی کریں۔
- (۵) مصالحہ بھری چانپیں تیار ہیں۔ سلاڈ کے ساتھ سرو کریں۔

انار دانہ کلچہ

اجزاء



سفید آنا آدھا کلو
نمک آدھا چائے کا چمچ
خمیر ایک کھانے کا چمچ
گھی آدھا کپ
کھانے کا سوڈا ایک چمچ
دودھ حسب ضرورت
(آلودہ عدد اُبلے ہوئے
(انار دانہ چار کھانے کے چمچ کٹا ہوا
(پیاز ایک عدد باریک کٹی ہوئی
(ہری مرچ چار عدد باریک کٹی ہوئی
(ہرا دھنیا ایک کپ باریک کٹا ہوا
(پودینہ ایک کپ باریک کٹا ہوا
زیرہ ایک چائے کا چمچ
نمک آدھا چائے کا چمچ
(لال مرچ دو چائے کے چمچ مٹی ہوئی

ترکیب/اجزاء

سفید آٹے میں نمک، خمیر، گھی اور کھانے کا سوڈا ملا کر دودھ سے نرم آنا گوندھیں اور ایک گھنٹے کے لیے رکھ دیں۔
اب ایک برتن میں اُبلے آلو، ٹکڑا ہوا انار دانہ، کٹی پیاز، کٹی ہری مرچ، کٹا ہرا دھنیا، پودینہ، زیرہ، نمک اور مٹی لال
مرچ ڈال کر کس کریں۔
پھر گوندھے ہوئے آٹے کے چھوٹے چھوٹے کچے بنا کر ان پر تیار کیا ہوا مصالحہ لگائیں اور آدھے گھنٹے کے لیے
رکھ دیں۔
اس کے بعد اسے پہلے سے گرم کیے ہوئے اوون میں دو سو ڈگری سینٹی گریڈ پر تیس منٹ بیک کر لیں۔
مزے دار انار دانہ کچھ تیار ہے۔

فش فنگرز و ڈائٹریسوس

اجزاء



ٹائٹریسوس کے لیے:

ماہیخیز آدھا کپ

اچار کی کھیر ایک کمانے کا کچھ باریک کٹا ہوا

اچار کی پیاز ایک کمانے کا کچھ باریک کٹی ہوئی

ہر ادھنیا ایک کمانے کا کچھ باریک کٹا ہوا

لیسوں کا رس ایک کمانے کا کچھ

فش فنگر کے لیے:

فش کے ٹکڑے آدھا کلو بون لیس

انڈا ایک عدد

اور کلسن کا پیسٹ ایک چائے کا کچھ

ٹمک ایک چائے کا کچھ

کچھ ایک کمانے کا کچھ

ہر ادھنیا ایک کمانے کا کچھ کٹا ہوا

کالی مرچ آدھا چائے کا کچھ

لال مرچ آدھا چائے کا کچھ پیسی ہوئی

مسٹرڈاؤڈ آدھا چائے کا کچھ

برینڈ کریمبر حسب ضرورت

تیل گھسنے کے لیے۔

ترکیب / اجزاء

ٹائٹریسوس کے لیے:

ایک پیالے میں ماہیخیز، پرائیٹیز، باریک کٹی اچار کی کھیر، باریک کٹی اچار پیاز، باریک کٹا ہر ادھنیا اور لیسوں کا رس ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں۔

فش فنگر کے لیے:

بون لیس فش کے ٹکڑوں پر انڈا، اور کلسن کا پیسٹ، ٹمک، کچھ، کٹا ہر ادھنیا، کالی مرچ، پیسی لال مرچ اور مسٹرڈاؤڈ رالگا کر کچھ دیر کے لیے رکھ دیں۔

پھر اسے برینڈ کریم میں رول کر کے گرم تیل میں ڈیپ فرائی کر لیں۔

گولڈن براؤن ہو جائیں تو تیل سے نکال کر ٹائٹریسوس کے ساتھ پیش کریں۔



اجزاء:

گوشت کے پارچے	:	ایک کلو گرام
پیاز (باریک کٹا ہوا)	:	آدھا پاؤ
پسا ہوا گرم مصالحہ	:	تین چمکی
نوشادر (باریک پسا ہوا)	:	چھ ملی گرام
ثابت سرخ مرچ	:	پندرہ عدد (کٹی ہوئی)
سوکھی کچری	:	دو عدد
سوکھا دھنیا	:	نو گرام
خشک انجیر	:	دو عدد (کٹی ہوئی)
دہی	:	ایک پاؤ
کھی	:	160 گرام

ترکیب:

- (۱) انجیر، ثابت مرچیں اور نوشادر کو کس کر لیں۔
- (۲) گوشت کے پارچوں کو دہی کے نمکین پانی سے خوب اچھی طرح دھو ڈالیں اور کسی موٹے ٹکڑے پر پھیلا کر کسی ٹھنڈی جگہ پر خشک کریں۔
- (۳) اب بہی ہوئی سب چیزوں میں دہی پٹا کر کے ملا دیں اور خشک کئے ہوئے گوشت کے پارچوں پر لگا دیں۔ انہیں چار گھنٹے تک اس حالت میں ٹھنڈی جگہ رہنے دیں پھر ان پر کھی لگا دیں۔
- (۴) اب انہیں سیتوں پر چڑھا دیں اور اوپر دھاگہ لپیٹ کر کوئلوں پر پختہ کریں۔ تیار ہونے پر چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔



تیار کی کا وقت	30 منٹ
پکانے کا وقت	30 منٹ
افراد	5 عدد

اجزاء

گوشت	ایک کلو
چاول	3 پیالی
نمک	حسب ذائقہ
ادارک لہسن	تین کھانے کے چمچے
پیاز	چار عدد
دہی	ڈیڑھ پیالی
لال مرچ	2 کھانے کے چمچے
دھنیا	ایک کھانے کا چمچ
زیرہ	ایک کھانے کا چمچ
گرم مصالحہ	ایک کھانے کا چمچ
کٹی لال مرچ	ایک کھانے کا چمچ
آلو بخارو	5 عدد
زرہ رنگ	ایک چٹکی
دودھ	آدھی پیالی
کیڑا ہلہ سنس	چتر قطرے
لیون	ایک عدد
تیل	حسب ضرورت

ترکیب/اجزاء

برے پیالے میں دہی، ادارک، لہسن، لال مرچ اور دھنیا ڈال کر ملائیں
اس میں گوشت ڈال کر فریج میں رکھ دیں

پیاز کو تیل میں غرائی کر کے کھال لیں

اسی چین میں آدھی پیالی تیل میں ثابت گرم مصالحہ اور زیرہ ڈال کر کڑوا لیں

پھر اس میں سر بیٹھ کیا ہوا گوشت ڈال کر ملائیں اور پکنے کے لیے رکھ دیں

اس دوران نمک لے ہوئے پانی میں چاولوں (تین منٹ پہلے دیکھے ہوئے)

کو ڈال کر ایک کٹی ہال لیں اور چھلنی میں ڈال دیں

جب گوشت گھلے پر آجائے تو جیسکے ہوئے آلو بخارے سے غرائی پیاز اور ابلے چاول پھیلا دیں

نیم گرم دودھ میں زردے کا رنگ ملا کر چاولوں پر ڈال دیں

اوپر سے لیون کا رس اور کیڑا ہلہ سنس ڈالیں

تو سے پرچائے سے سات منٹ پر بجلی آگے کام دیں



اجزاء:

ماش کی دال	:	ایک کپ (بھجوری)
دھلی ہوئی مونگ کی دال	:	آدھا کپ (بھجوری)
پیاز	:	1 عدد چوٹی (باریک کاٹ لیں)
دہی	:	1 کلو
دودھ، اٹلی کا گاڑھا	:	1.1 کپ
کارن کھنسن، نمک، پیسٹ	:	1.1 کھانے کا چمچ
شکر	:	2 کھانے کے چمچ
بادام	:	8 عدد (باریک کئے ہوئے)
سٹیفی ہوئی، چاٹ مصالحہ	:	آدھا، آدھا کھانے کا چمچ
سٹیفی زیرہ	:	1 کھانے کا چمچ (بھون کر نہیں لیں)
نمک، کالا نمک	:	حسب ذائقہ
ٹھنڈا سوڈا	:	1 چائے کا چمچ
پینے کے لئے تیل	:	حسب ضرورت

ترکیب:

- (1) بھجلی ہوئی دالوں کو پانی سے نکال کر ملا لیں۔
اور پسینہ دینا ڈال کر باریک چوس لیں پھر سوڈا ملا کر اچھی طرح پیسٹ لیں
اور تھوڑی دیر کے لئے رکھ دیں۔ ایک پیالے میں دہی، تھوڑا نمک،
کارن کھنور، شکر اور دودھ ملا کر پیسٹ کر رکھ لیں۔
اٹلی کے رس میں سوڈہ، زیرہ اور تھوڑا سا چاٹ مصالحہ ملا کر ایک پیسٹ بنیں پکا لیں۔
چائے منٹ بعد آدھی اٹلی کی پختی نکال لیں۔
آدھی میں تھوڑی سی پختی ملا دیں۔
کھلی پختی پختی تیار کر لیں جب ٹھنڈی ہو جائے تو نمک اور کالا نمک ملا لیں۔
کڑا ہی میں تیل گرم کر لیں۔ ساتھ میں ایک چین میں سادہ گرم پانی نمک ملا کر رکھ لیں
اور ایک چین میں دو کھانے کے چمچ دہی اور تھوڑا گرم پانی ملا کر رکھ لیں۔
جب تیل خوب گرم ہو جائے تو دہی بڑے تیلانہ طرح کریں آدھے کچے کر دیں۔
(2) سٹیل کے کچے سے اوپر نیچے کرتے رہیں تاکہ کھلی نہ بنے۔
جب کولڈن برادری ہو جائے تو کال کر پچھلے سادہ گرم پانی میں ڈال دیں۔
اس میں سب سے پہلے تیار کیا ہوا تھوڑا دہی ڈالیں
پھر دہی بڑے رکھیں اوپر سے پھر دہی ڈالیں کئے ہوئے بادام
اور ادرک ڈال دیں۔ چاٹ مصالحہ چھڑک دیں۔
ساتھ میں کھلی پختی رکھیں۔
کارن کھنور اور پختی ملانے سے دہی کھائیں ہوتا۔
آپ کئی دن تک فریج میں رکھ سکتے ہیں۔



اجزاء:

چکن	:	آدھا کلو (درمیانے کلوے)
ٹماٹر	:	دو عدد
پیاز	:	ایک عدد
اجوائن	:	چوتھائی چائے کا چمچ
میدہ	:	تین چائے کے چمچ
نمک	:	ایک چائے کا چمچ
گاجر	:	ایک عدد (چھوٹی کاٹ لیں)
کھن	:	ایک کپ
دودھ	:	آدھا کپ
سیاہ مرچ	:	ایک چائے کا چمچ

ترکیب:

- (۱) پریشر ککر میں پیاز کو آدھے کھن میں براؤن کریں پھر مرغی کا گوشت ڈال کر فرائی کر کے گاجر ڈال دیں اور اس میں ایک لیٹر پانی ڈال کر ابالیں۔ جب پانی اگلنے لگے تو پریشر ککر کا ڈھکن بند کر دیں اور سات منٹ تک پکائیں۔
- (۲) سات منٹ بعد بھاپ نکال کر ڈھکن ہٹا دیں اور سوپ کو دھبی آنچ پر پکے دیں۔ کھن اور میڈے کو کس کریں پھر اس میں دودھ ملا کر اس اگلنے ہوئے سوپ میں ڈال دیں۔ تین منٹ مزید پکائیں۔
- (۳) نمک، مرچ، اجوائن اور کئے ہوئے ٹماٹر ڈال کر دو منٹ اور پکے دیں پھر سوپ کو سوپ کے پیالے میں نکال کر پیش کریں۔

فیش ایوا کا ڈوسا سلسا (Fish Avacado Salsa)

اجزاء:



مچھلی کے تلتے	200 گرام
نمک	حسب ذائقہ
پسا ہوا لہسن	ایک چائے کا چمچ
ایوا کا ڈو	ایک عدد
ٹماٹر	دو عدد
پیاز	ایک عدد
لیموں کا رس	دو کھانے کا چمچ
برادھضیا	دو کھانے کے چمچ
ڈالڈا اویو آئل	دو سے تین کھانے کے چمچ

ترکیب:

مچھلی کا قتلوں کو صاف دھو کر نمک لہسن، کالی مرچ اور ایک کھانے کا چمچ لیموں کے رس کے ساتھ میرینٹ کر کے رکھ دیں۔
ایوا کا ڈو کو دھو کر درمیان سے کاٹیں اور گھٹیلی نکال کر چمچ کی مدد سے گودا نکال کر پیالے میں ڈال دیں۔
اس میں باریک کئے ہوئے ٹماٹر، پیاز، نمک اور ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا اویو آئل ڈال کر ملا لیں۔
گرل پین کو آٹھ سے دس منٹ گرم کریں اور اس پر ایک سے دو کھانے کے چمچ ڈالڈا اویو آئل ڈال کر مچھلی کے قتلوں کو دونوں طرف سے گرل کر لیں۔

لوبیا چیز پرائٹھا

اجزاء



میدہ دو پیالی
آٹا ایک پیالی
(لوبیا آدھی پیالی) (بھیکے ہوئے)
کوئچ چیز دو پیکٹ
(کالی مرچ ایک چائے کا چمچ مٹی ہوئی)
(ہری مرچ چھ دو پکلی ہوئی)
(سفید زیرہ ایک چائے کا چمچ بھنا اور پسوا)
(پودینہ آدھی گھی باریک کٹا ہوا)
(میدہ ایک کھانے کا چمچ) (پانی میں گھلا ہوا)
گھی یا تیل حسب ضرورت
نمک حسب ذائقہ

ترکیب/اجزاء

ایک تیلے میں آٹا، میدہ اور نمک ملا کر نیم گرم پانی سے گوندھ کر تھوڑی دیر کے لیے گیلے کپڑے سے ڈھک کر رکھ دیں۔

اب بھیکے ہوئے لوبیا کا پانی نکال کر اچھی طرح اُبال لیں اور اچھی طرح گلنے کے بعد چھان لیں۔
پھر کوئچ چیز کو کدو کش کر کے مٹی کالی مرچ، نمک، ہری مرچ، لوبیا، سفید زیرہ اور پودینہ اچھی طرح ملا لیں۔
اب تو گرم کریں اور ایک ایک پیڑا بننا کر روٹی کی طرح نکلیں اور اوپر تیار آمیزہ پھیلا کر رکھ دیں۔
پھر کناروں پر تھوڑے سے پانی میں گھلا ہوا میدہ لگا لیں اور دبا کر کنارے بند کر لیں۔
اس کے بعد دوسری روٹی تیل کر اوپر رکھیں اور کنارے دبا کر بند کر دیں۔
اب اسے گرم تو بے پردہ ڈال کر روٹی کی طرح سینک لیں اور نکڑی کے کچھ کی مدد سے گھی یا تیل لگا کر دونوں طرف سے گولڈن براؤن کر لیں۔
مزے دار لوبیا چیز کا پرائٹھا تیار ہے۔



اجزاء:

گوشت (بارپے)	:	ایک کلو گرام
گھی	:	375 گرام
لوٹک، کالی مرچیں	:	دس عدد
چھوٹی الائچیاں	:	آٹھ عدد
پیاز (باریک کترا ہوا)	:	ایک پاؤ
ادرک	:	ایک چھوٹی گانٹھ
خشک دھنیا	:	تین چمکی
پسی ہوئی سرخ مرچ، نمک	:	حسب ذائقہ
دہی	:	80 گرام

ترکیب:

(۱) تھوڑے سے گھی کو کڑکڑائیں اس میں بارپے تل لیں اور لال کر لیں۔

پتیلی سے نکال کر کسی برتن میں برابر برابر رکھیں اور

ان پر ادرک کا عرق اور نمک ملیں۔

(۲) اب پیاز کو کڑکڑاتے ہوئے گھی میں خوب لال کرنے کے بعد دہی میں ملا دیں

اور اسے گوشت سمیت پتیلی میں ڈال کر خوب بھونیں اور پانی بھی دیتے جائیں۔

(۳) جب دہی کا پانی خشک ہو جائے تو خشک دھنیا پانی میں ملا کر ڈال دیں۔ کچھ دیر

بعد گوشت کے بارپے گل جائیں گے۔

(۴) ہر پار چوکوچا جدا گھی میں تلیں اور بیج پر چڑھا کر آگ پر پختہ کریں۔

پارچوں کو پسا ہوا مصالحہ اور پانی دیتے جائیں اس طرح یہ بہت نرم ہو جائیں

گے۔



تیاری کا وقت	آدھا گھنٹہ
پکانے کا وقت	20 منٹ
تعداد	5 عدد

اجزاء

پالک	200 گرام
سادہ آٹا	ڈیڑھ پیالی
چاول کا آٹا	آدھی پیالی
نمک	حسب ذائقہ
لہسن کے جوے	دو عدد
ہری مرچیں	دو عدد
کالی مرچ	آدھا چائے کا چمچ
چڈر چیز	آدھی پیالی
تیل	حسب ضرورت

ترکیب / اجزاء

پالک کو چین میں لہسن اور ہری مرچوں کے ساتھ پکنے کے لیے رکھ دیں
پانی خشک ہونے پر کالی مرچ اور دو کھانے کے چمچ چاول کا آٹا ڈال
کر بھون لیں

چولہے سے اتار کر چڈر چیز شامل کریں

بقیہ چاول کا آٹا اور سادہ آٹا ملا کر اس میں ایک کھانے چمچ تیل ڈال کر سخت گوند لیں
گوندھے ہوئے آٹے کے پیڑے بنا کر اس میں دو کھانے کے چمچ پالک کا کچر رکھ کر
اچھی طرح بند کر لیں

پراٹھے بنا کر تیل لگائیں اور سنہرے تل کر نکال لیں



اجزاء:

چکن ابلّا ہوا	:	تین کپ (ریشے کر لیں)
لیموں	:	دو عدد
کارن فلوور	:	ایک کھانے کا چمچ
مٹر	:	آدھا کپ
گاجر	:	دو عدد
لہسن، پیاز (پیسٹ)	:	ایک، ایک کھانے کا چمچ
ادرک (پیسٹ)	:	آدھا کھانے کا چمچ
آئل	:	دو کھانے کے چمچ
پیاز	:	ایک عدد
نمک	:	حسب ذائقہ
سیاہ مرچ	:	ایک چائے کا چمچ
پانی	:	ایک لیٹر

ترکیب:

- (۱) آئل میں پیاز، لہسن، ادرک، نمک اور پانی ڈال کر پکھنے دیں۔
- (۲) جب پانی آدھا رہ جائے تو کارن فلوور ایک کھانے کا چمچ پانی میں حل کر کے ڈال دیں اور پانچ منٹ تیز آگ پر مزید پکائیں۔ جب سوپ تیار ہو جائے تو لیموں کا رس ڈال دیں لیجئے
- آپ کا سوپ تیار ہوا۔ اب آپ اسے چلی ساس کے ساتھ لیشن کر سکتے ہیں۔

دہی والی بھنڈیاں

اجزاء

بھنڈیاں آدھا کلو

زیرہ آدھا چمچ

لہسن ایک کھانے کا چمچ (پسا ہوا)

لال مرچ ایک کھانے کا چمچ (پسی ہوئی)

ہلدی آدھا چمچ

ہری مرچ دو عدد (باریک کٹی ہوئی)

لیہوں ایک عدد

دہی ایک پاؤ

کونگ آئل حسب ضرورت

نمک حسب ذائقہ



ترکیب / اجزاء

پہلے بھنڈیاں اچھی طرح دھو کر دو ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔

پھر ایک دیکھی میں ڈالڈا کونگ آئل گرم کریں۔

پھر اس میں زیرہ ڈال دیں۔

پھر لہسن، ادراک، نمک، لال مرچ، ہلدی، ہری مرچ اور دہی ڈال

کر اچھی طرح سے بھونیں۔

جب مصالحے بھن جانے تو کئی ہوئی بھنڈیاں ڈال کر ایک لیمن کارس ڈال دیں۔

اور مکس کر کے دم پر رکھ دیں۔

تھوڑی تھوڑی دیر بعد دیکھتی رہیں بھنڈیاں گل جائیں تو ہر ادھنیا ڈال کر اُتار لیں۔

دہی والی بھنڈیاں تیار ہیں۔

شملہ مرچ قیہ

اجزاء



مرچی کا قیہ سات سو پچاس گرام

ہری شملہ مرچ چار عدد

لال شملہ مرچ دو عدد

ثابت لال مرچ چار عدد

تیل تین کھانے کے چمچ

(کھوپڑیا تین کھانے کے چمچ (پسا ہوا

اٹلی کارس تین کھانے کے چمچ

لہسن پیسٹ ڈیڑھ چائے کا چمچ

ادریک پیسٹ ڈیڑھ چائے کا چمچ

زیرہ ایک کھانے کا چمچ

ثابت دھنیا ایک کھانے کا چمچ

گرم مصالحہ ایک چائے کا چمچ

نمک حسب ذائقہ

ترکیب / اجزاء

ایک پتیلی میں تھوڑا سا تیل ڈال کر گرم کریں۔

اب زیرہ اور ثابت دھنیا شامل کریں۔

جب رنگ تبدیل ہو جائے تو ثابت لال مرچ اور کھوپڑیا ڈال دیں۔

جب خوشبو آنے لگے تو آٹا چھٹی کر لیں اور اسے پلینڈر میں ڈال کر پھین لیں۔

اب ایک گہری کڑاہی میں تیل ڈالیں۔

پھر لہسن اور ادریک کا پیسٹ شامل کر کے ایک منٹ کے لیے بھون لیں۔

اب مرچی کا قیہ شامل کر کے بھون لیں۔

جب رنگ تبدیل ہو جائے تو پنا ہوا مصالحہ اور گرم مصالحہ ڈال کر اچھی طرح پکا لیں۔

اب اس میں اٹلی اور نمک ڈال کر بھون لیں۔

اب شملہ مرچ کو اوپر سے کاٹ لیں اور چمچ نکال لیں۔

اب اسے ٹینک ٹریس پر رکھیں۔

اس پر تھوڑا سا تیل، کالی مرچ اور نمک چھڑک دیں۔

پھر اسے ایک سواری ڈگری پر دس سے بارہ منٹ کے لیے بیک کر لیں۔

تیار ہونے پر اس کے اندر قیہ بھر لیں۔

دو بارہ پانچ منٹ کے لیے بیک کر لیں۔

مزید ارسلانڈ شملہ والی مرچ قیہ تیار ہے۔

تندوری گو بھی

اجزاء:



پھول گو بھی	آدھا کلو
نمک	حسب ذائقہ
ادرک پسپا ہوا	ایک کھانے کا چمچ
دہی	دو پیالی
پسی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
چاٹ مصالحہ	ایک چائے کا چمچ
اجوائن	آدھا چائے کا چمچ
بہن	دو کھانے کے چمچ
زردے کا رنگ	آدھا چائے کا چمچ
لیموں کا رس	دو کھانے کے چمچ
ڈالڈا کنولا آئل	حسب ضرورت

ترکیب:

گو بھی کے پھول علیحدہ کر کے صاف دھو لیں اور نمک لے ہوئے اُبلتے ہوئے پانی میں چار سے پانچ منٹ اُبال لیں۔
چوبیس سے اُتار کر ڈھک کر رکھ دیں، پانچ سے سات منٹ کے بعد چھلنی میں ڈال کر چھالیں۔

دہی کو مل کے کپڑے میں باندھ کر لٹکا دیں تاکہ اچھی طرح پانی نکل جائے۔

بہن کو خوشبو آئے تک تھے پر ملکی آج پر بھونیں، پھر اسے پیالے میں نکال کر اس میں نمک، لال مرچ، چاٹ مصالحہ زردے کا رنگ اور اجوائن ڈال کر اچھی طرح ملائیں۔

پھر اس میں ادرک پسپا ہوا اور دہی ڈال کر پیسٹ بنالیں، گو بھی اچھی طرح ٹھنڈی ہو جائے تو تیار کئے ہوئے مصالحے کے پیسٹ سے میرینٹ کر کے رکھ دیں۔

اودن کو 180°C پر گرم کر لیں اور میرینٹ کئے ہوئے گو بھی کے پھولوں کو جالی پر رکھ دیں، نیچے والے شلیف میں ٹرے رکھ دیں تاکہ میرینٹیشن محفوظ کر سکیں۔

پندرہ سے بیس منٹ بیک کر کے گو بھی کو نکال لیں اور اس پر نیچے جمع ہونے والا مصالحہ ڈال دیں۔



نادر شاہی زردہ

اجزاء:

چاول	:	ایک کلو گرام
سفید چینی	:	ایک کلو گرام
گھی	:	حسب ضرورت
زعفران	:	تین گرام
پستہ، کشمش، عرق گلاب	:	آدھا آدھا پاؤ
لونگ، چھوٹی الائچی	:	چند عدد

ترکیب:

(۱) چینی میں پانی ڈال کر شیرہ تیار کر لیں۔ زعفران کو عرق گلاب میں مکس کر دیں۔

(۲) گھی گرم کر کے لونگ اور چھوٹی الائچی ڈال دیں۔

جب الائچیاں بھن کر سرخ ہو جائیں تو چاول ڈال کر بھونیں
پھر ان میں تھوڑا سا پانی ملا دیں۔

(۳) چاول پک جانے پر شیرہ ڈال دیں

اور ایک جوش آجانے کے بعد گھی شامل کر دیں۔

چاول پک جائیں تو پستہ اور کشمش ملا سرور کریں۔



اجزاء:

امرد	:	ڈیڈھکپ (کٹے ہوئے)
انگور	:	ڈیڈھکپ
انار کے دانے	:	ڈیڈھکپ
چاٹ مصالحہ	:	ڈیڈھکھانے کا جچ
دہی	:	ڈیڈھکپ
براؤن شوگر	:	ڈیڈھکپ
سیب	:	ڈیڈھکپ
کیلا	:	دو کپ
المی کارس، پیٹا	:	ڈیڈھکپ
کالائمنک	:	آدھا چائے کا جچ
نمک	:	حسب ذائقہ

ترکیب:

- (۱) ایک تین میں ڈیڈھکپ پانی ابال لیں۔
- (۲) اس میں نمک، براؤن شوگر، المی کارس اور کالائمنک ڈال کر پکائیں جب گاڑھا ہو جائے تو المی کی چٹنی تیار ہے۔ اتار کر ٹھنڈا کر لیں۔
- (۳) تمام فروٹس کاٹ کر ایک باؤل میں کس کر لیں اور پھینٹا ہوئی ڈال کر خوب ملائیں۔
- (۴) اس میں ٹھنڈی کی ہوئی المی کی چٹنی ملائیں اور چاٹ مصالحہ چھڑک دیں۔
- (۵) مزیدار پنجابی فروٹ چاٹ تیار ہے۔

کٹ کیٹ چیزکیک

اجزاء



ڈائجسٹو بسکٹس اڑھائی کپ (چوراکیے ہوئے)

کھن چار اونس

انڈے تین عدد

چینی پانچ اونس

جیلیٹن دو کھانے کے چمچ

چیز کریم دو سو گرام

کرڈ چیز دو سو گرام

کریم ہارہ اونس (پھیٹی ہوئی)

کٹ کیٹ چاکلیٹ ڈیزھکپ

کریم چار اونس (پھیٹی ہوئی اور گارنش کے لیے)

ترکیب / اجزاء

میں کے لیے: ایک پیالے میں ڈائجسٹو بسکٹس کو کھن میں مکس کریں اور نو انچ کے لوڈ پلم بین میں پھیلا کر دس منٹ کے لیے ایک سو اسی ڈگری سینٹی پر بیک کر لیں۔

اب اسے نکال کر ٹھنڈا کر لیں۔

فلنگ کے لیے: ایک بین میں انڈے کی زردی اور پانچ اونس میں سے آدھی چینی کو پکائیں اور چیچ چلاتے رہیں۔

پھر اس میں حل کی ہوئی جیلیٹن کو مکس کر کے الگ رکھ دیں۔

اب ایک الگ پیالے میں چیز کریم اور کرڈ چیز کو نیلا اسنس کے ساتھ اچھی طرح پھیٹ لیں۔

پھر اسے انڈے والے کچر میں فولد کر دیں۔

اب کریم کو اتنا پھیٹیں کہ وہ اسٹف ہو جائے۔

پھر ایک پیالے میں انڈے کی سفیدی اور بقیہ چینی کو اچھی طرح پھیٹ لیں۔

اب اسے تیار کچر میں ڈال کر ایک کپ کٹ کیٹ چاکلیٹ اور کریم کے ساتھ فولد کر لیں۔

پھر اسے بسکٹ میں پر ڈال کر اچھی طرح ٹھنڈا کر لیں۔

آخر میں آدھا کپ کٹ کیٹ چاکلیٹ اور پھیٹی ہوئی کریم سے گارنش کر کے سرو کریں۔



اجزاء:

دو کپ	:	چکن (اُبلایا ہوا)
ایک پاؤ	:	آلو (اُبلے چوکور کئے ہوئے)
آدھا چائے کا چمچ	:	لال مرچ (پسی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	:	زیرہ (بھنا اور گٹھا ہوا)
3 عدد	:	ہری مرچ (باریک کٹی ہوئی)
ایک کھانے کا چمچ	:	لیموں کا رس
ایک کھانے کا چمچ	:	ہر ادھنیا (باریک گٹھا ہوا)
آدھا چائے کا چمچ	:	چاٹ مصالحہ
حسب ذائقہ	:	نمک

ترکیب:

(۱) تمام اجزاء کو ایک شیشے کے پیالے میں ڈال کر اچھی طرح ملا لیں۔

خیال رہے کہ آلو ٹوٹنے نہ پائیں۔

(۲) اب آلو اور مرغی کے ٹکڑوں کو ایک ایک کر کے

ٹوتھ پک میں پرو کر خوبصورتی سے سجا کر پیش کریں۔



اجزاء:

ایک کپ	:	دہی
ایک عدد	:	کیلا (کیوبز کاٹ لیں)
ایک عدد	:	سیب (کیوبز کاٹ لیں)
ایک عدد	:	پائناپل (کیوبز کاٹ لیں)
آدھا پاؤ	:	انگور
ایک چائے کا چمچ	:	پسی ہوئی چینی
حسب ضرورت	:	پستہ

ترکیب:

- (۱) دہی کو اچھی طرح پھینٹ لیں۔
- (۲) پھر اس میں تمام پھل اور پستہ چھیل کر ملا دیں۔
- (۳) اب اس میں چینی شامل کر کے ریفریجریٹر میں رکھ دیں۔
- (۴) ٹھنڈا ہونے پر سرو کریں۔

پنیر کی بریانی

اجزاء



چاول ایک سیر
گھی ڈیڑھ پاؤ
پنیر ایک پاؤ
لوک چندر عدد
الا چنچل چندر عدد
زعفران ۳ ماشہ
پیاز آدھ پاؤ
ادرک دو ڈلی
میدہ ایک مٹی
نمک حسب ذائقہ
زعفران تھوڑی سی
دی حسب ضرورت
گوشت ایک سیر

ترکیب / اجزاء

پنیر کے ککڑے کترے میدہ پانی میں گھول کر اسے سخت کرنے کے بعد پنیر کے ککڑے پر لپیٹے اور تھوڑے گھی میں بھون کر الگ کر لیجیے پھر گوشت کے پارچے تھوڑے گھی میں بھویے اور الا چنچل زعفران اور دی ملا کر گوشت کے پارچوں پر ملیے۔

اب ان پارچوں کو دیکھیے میں رکھ کر ان پر پنیر کے ککڑے رکھیے اور انہیں پیاز کے لٹھے، ادرک، لوکنیں اور تھوڑا گھی دینے کے بعد بالے ہوئے چاولوں کی تہ ان سب چیزوں کے اوپر بچھا لیجیے۔ پھر باقی گھی گرم کیجیے اور اسے چاولوں پر ڈال کر دیکھیے کامنہ بند کر دیجیے۔

البتہ اگر یہ محسوس ہو کہ چاول سخت رہ گئے ہیں تو دیکھیے بند کرنے سے پہلے اس میں تھوڑا سا پانی ڈال دیجیے بند دیکھیے کے اوپر نیچے اور سب جگہ آگ رکھ دیجیے اور چاولوں کو دم دیجیے پنیر کی بریانی تیار ہو جائے گی۔



چنے اور میکرونی کی چاٹ

اجزاء:

میکرونی	:	آدھا پاؤ
مکئی کے دانے	:	آدھا پاؤ (اُبال لیں)
پیاز	:	ایک عدد (باریک کاٹ لیں)
ٹماٹر کٹے ہوئے	:	ایک عدد
ہرا دھنیا کٹا ہوا	:	دو کھانے کی چمچ
اٹلی کا گودا	:	ایک چائے کا چمچ
کالامنک	:	آدھا چائے کا چمچ
ہری مرچیں	:	دو عدد (باریک کٹی ہوئی)
لال مرچ کٹی ہوئی	:	حسب ضرورت

ترکیب:

- (۱) میکرونی اُبال کر پانی نٹھار لیں۔
- (۲) اس کے بعد اس میں اٹلی ہوئی مکئی کے دانے، پیاز، ٹماٹر، ہرا دھنیا، ہری مرچیں، اٹلی کا گودا، کالامنک، گٹی مرچ شامل کر کے اس کو کس کر لیں۔
- (۳) ایک خوبصورت سرونگ باؤل میں نکال کر ہرا دھنیا چھڑک کر پیش کریں۔

خراسانی بریانی

اجزاء



گوشت ایک سیر
گھی ایک پاؤ
لوگ چندر عدد
الائیچی چند عدد
زعفران ۲ ماشہ
سیاہ زیرہ تھوڑا سا
پیاز آدھ پاؤ
ادرک ایک ڈلی
دودھ آدھ سیر
نمک حسب ذائقہ
مرچ سیاہ حسب ذائقہ
زیرہ تھوڑا سا

ترکیب/اجزاء

گوشت پر نمک، عرق، ادرک اور پیاز کا پانی مل کر رکھ دیجیے۔
پھر دہی میں زعفران، سیاہ مرچیں اور الائچیاں پیس کر ملانے کے بعد گوشت کی
بوٹیوں کو اس میں تھیر لیں پھر ایک دگچے میں زیرہ ڈال کر اس پر بوٹیوں کی تہہ جما
دیں اور اوپر سے لونگیں ڈال کر آدھا گھی ڈال دیں چاولوں کو ابال لیں۔
پھر دوشی چاول اور ایک پیالی پانی گوشت پر ڈالیں اور دگچی کو چوبلے پر چڑھا کر
اسکے نیچے تیز آنچ کریں پھر باقی چاول بھی اس میں ڈال کر اوپر سے باقی گھی بھی
اس میں ڈال دیں اور دگچے کا منہ آٹے سے بند کر دیں آنچ اور تیز کر دیں اور
دگچے کے ڈھکنے کے اوپر بھی آگ رکھ دیں۔
کچھ دیر بعد بریانی کا پانی خشک ہو جائے گا اور گھی کی آواز آنے لگے گی اس وقت
دگچے کے نیچے سے آگ ہٹا کر صرف کونلوں پر دم دیں اس میں زیادہ سے زیادہ
بیس منٹ لگ جائیں گے پھر بریانی چوبلے پر سے اتار لی جائے۔



اجزاء:

مرغ کی بخی	:	چھ کپ
مرغ کا گوشت	:	250 گرام
کارن فلور	:	کھانے والے چارچ
سویا ساس	:	چارچ
اجینو موتو اور عام نمک	:	حسب ضرورت

ترکیب:

(۱) مرغ کے گوشت میں سے ہڈیاں نکالیں اور گوشت کو مونامونا قیمہ بنالیں۔

(۲) اس قیمہ میں سویا سوس اور نمک ملا کر تین

چار گھنٹے کے لئے رکھ دیں اس کے بعد کارن فلور ملائیں

اور آدھ گھنٹہ کے لئے مزید رکھ دیں۔

(۳) بخی کو چوبے پر چڑھا دیں اور اس میں قیمہ ڈال کر پکائیں۔

(۴) اس میں ضرورت کے مطابق نمک ڈالیں

اور جب پکنے کے قریب ہو تو اجینو موتو ملائیں اور سرو کریں۔

”اچاری مولیٰ کے پراٹھے“



اجزاء

میدہ: ایک کپ

آٹا: ایک کپ

نمک: آدھا چائے کا چمچ

فلنگ کے لیے:

سفید مولی: دو سو پچاس گرام (کدو کی ہوگی)

نمک: آدھا چائے کا چمچ

اچاری مصالحہ: دو کھانے کے چمچ

ہری مرچ: دو عدد (کٹی ہوئی)

ہرا دھنیا: دو کھانے کے چمچ (کٹا ہوا)

اورک: ایک کھانے کا چمچ (باریک کٹی ہوئی)

پیاز: دو کھانے کے چمچ (باریک کٹی ہوئی)

ترکیب / اجزاء

☆ میدہ، آٹا اور نمک ملا کر گرم پانی سے گوندھ لیں۔

☆ اب اسے ڈھک کر آدھے گھنٹے کے لیے رکھ دیں۔

☆ فلینگ کے لیے سفید مولی میں نمک ملا کر آدھے گھنٹے کے لیے چھوڑ دیں۔

☆ اب مولیٰ کو اچھی طرح نمچوڑ کر اس کا تمام پانی نکال لیں۔

☆ پھر اس میں اچاری مصالحہ، ہری مرچ، ہرا دھنیا، اورک اور پیاز شامل کریں۔

☆ اب پراٹھے بنانے کے لیے فلینگ کو نیلے ہوئے ڈو میں ڈال کر پراٹھا بنائی اور تیل پر

فرائی کر کے سرو کریں۔

پریزنٹیشن:

☆ مولیٰ کے پراٹھوں کو اچا اور رائے کے ساتھ گرم گرم پیش کریں۔



ملتانى دہی بڑے

اجزاء:

دہی بیٹھا	:	1 کلو گرام
دال ماش	:	1 پاؤ (گھنٹوں کے لئے بھگو دیں)
لہسن پیسٹ	:	1 کھانے کا چمچ
پیاز	:	1 عدد (باریک کاٹ لیں)
ادرک پیسٹ	:	1 کھانے کا چمچ
ٹمک اسرخ مرچ	:	حسب ذائقہ
گرم مصالحہ	:	حسب ذائقہ
زیرہ سیاه	:	5 ٹلی گرام
بیٹھا سوڈا	:	ایک چمچ
تیل	:	حسب ضرورت
ہری مرچ	:	2 عدد

ترکیب:

- (۱) دال کو سل پر باریک پیس لیں۔
- (۲) اب سل پر لہسن، پیاز، ادرک، ہری مرچ، سرخ مرچ بیٹھا سوڈا اور ٹمک بھی ملا دیں اور ایک کراہی میں تیل کڑکڑائیں۔
- (۳) بڑے بنا کر تیل میں سرخ ہونے پر نکال لیں اور جب اچھی طرح نرم ہو جائیں تو دونوں ہاتھوں میں دبا کر نیچوڑ کر نکال لیں۔
- (۴) دہی کو خوب پھینٹ کر اس میں ٹمک، سرخ مرچ ملا دیں۔
- بڑے اس میں ڈالتے جائیں اور اوپر سے سیاه زیرہ ڈال دیں۔
- اگر تیز پسند ہو تو پیا ہوا گرم مصالحہ بھی اوپر سے ڈال لیں۔ بہت لذیذ دہی بڑے ہوں گے۔



اجزاء:

مٹر کے دانے	:	ایک کپ
گوشت کے ٹکڑے	:	آدھا کپ
کھن	:	آدھی چھٹانک
چینی	:	ایک چائے کا چمچ
گاجر، چھندراور پیاز	:	ایک ایک عدد
دودھ	:	125 ملی لیٹر
بجنی	:	ایک لیٹر
نمک، سیاہ مرچ	:	حسب ذائقہ

ترکیب:

- (۱) گوشت کے باریک باریک ٹکڑے کاٹ لیں اور ان کو کھن میں تیل لیں۔
- (۲) مٹر اُبال لیں۔ گاجر اور چھندراور کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے چھندر کے ساتھ بھون لیں۔ مٹر کے دانے بھی اس میں ڈال دیں اور ان سب چیزوں کو بھوننے کے بعد اس میں بجنی ڈال دیں۔ اس میں نمک اور سیاہ مرچ ملائیں اور آدھ گھنٹہ تک دھمی آگ پر پکائیں۔ سب چیزیں نکال لیں اور انہیں ٹھنڈا ہونے پر بلینڈر میں ڈال کر اچھی طرح بلینڈ کر لیں اور دوبارہ دھجی میں ڈال کر دودھ میں شامل کر کے آگ پر رکھ دیں۔ جب اُبال آجائے تو سمجھیں سوپ تیار ہے۔

فش امرتسری

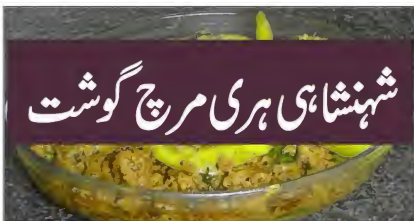
اجزاء



رہو یا سرئی پھلی آدھا کلو بڑے فلف
پیاز دو عدد باریک کٹی ہوئی
ٹماٹر دو عدد باریک کئے ہوئے
لیموں دو عدد
لہسن کے جوئے آٹھ عدد باریک کئے ہوئے
ادرک ایک بڑا ٹکڑا باریک کٹی ہوئی
گڑا ایک کھانے کا چمچ
سفید سرکہ دو کھانے کے چمچ
نمک حسب ذائقہ: مصالحہ کے لیے
ہری مرچ آٹھ عدد کھلی ہوئی
بلدی ایک چائے کا چمچ
سفید زیرہ ایک چائے کا چمچ کھلا ہوا
گرم مصالحہ ایک چائے کا چمچ کھلا ہوا
لال مرچ ایک کھانے کا چمچ کھلی ہوئی
تیل حسب ضرورت

ترکیب/اجزاء

رہو یا سرئی پھلی کو دھوئے بغیر سفید سرکہ لگا کر پانچ منٹ کے لیے رکھ دیں۔ اب اسے دھو کر پھلنی میں رکھیں، تاکہ پانی نکل جائے۔ پھر پھلی میں تھوڑا نمک اور لیموں کا رس لگا دیں۔ اس کے بعد تو اگرم کر کے ذرا سی پکنائی لگائیں اور پھلی کے ٹکڑوں کو تھے پر رکھ کر ان کا پانی خشک کر لیں۔ اب پیاز، ادرک، لہسن کے جوئے، لال مرچ، زیرہ اور نمک ملا کر پھلی میں لگا کر پانچ منٹ کے لیے رکھ دیں۔ پھر فرائیجک پیمن میں تیل گرم کر کے اس میں مصالحہ لگی پھلی شلیفرائی کر لیں۔ اس کے بعد ایک کڑا ہی میں ٹماٹر، گرم مصالحہ، بلدی اور تیل ڈال کر مصالحہ پیمن لیں۔ پھر گڑ شامل کریں، جب گڑ پگھل جائے تو اس میں تلی پھلی پھیلا کر ڈال دیں۔ آخر میں اوپر کچلی ہری مرچ ڈال کر پانچ منٹ دم پر رکھ دیں۔ مزے دار امرتسری پھلی گرم گرم نان اور سادے چاولوں کے ساتھ سرو کریں۔



اجزاء:

گوشت کے پارچے	:	ایک پاؤ
کارن فلور	:	10 گرام
تیل	:	حسب ضرورت
بند گوبھی	:	آدھی پیالی
ہری مرچ	:	6 عدد
کالی مرچ پاؤڈر، نمک	:	حسب ضرورت
پہلی	:	آدھا کلو
سویا ساس	:	15 ملی لیٹر
پیاز کے لٹھے	:	آدھا کپ
چینی	:	حسب ذائقہ

ترکیب:

- (۱) گوشت میں نمک، مرچ اور کارن فلور ملائیں۔
- (۲) دو چمچ تیل کرکڑائیں اور دو منٹ تک ہری مرچ، پہلی، سویا ساس، چینی اور نمک ملا کر تلیں۔ اس مصالحے کو فرائی پین سے نکالیں۔
- (۳) اسی فرائی پین میں دو چمچ تیل ڈال کر کرکڑا کے پیاز اور گوشت ڈالیں۔ بعد میں مصالحہ اور تھوڑا سا پانی بھی شامل کر دیں۔
- (۴) بھن جائے تو گرم پلیٹ میں ڈال کر نوش فرمائیں۔

چین کدو کا سالن

اجزاء



کدو آدھا کلو

گھی ایک چھٹا تک

دھنیہ دو چمچ

لہسن ایک پوتھی

پیاز ایک ڈلی

دہی دو چھٹا تک

ادرک ایک چھوٹی کاٹھ

لیہوں دو عدد

کالی مرچ پانچ عدد

سباہوا گرم مصالحہ ایک چمک

بلدی تھوڑی سی

بڑی الائچی چند دانے

ترکیب/اجزاء

فرائی چین میں تھوڑا گھی ڈال کر گڑا کر انہیں اور اس میں خشک دھنیہ بھوننے کے بعد چین کدو کے قلعے ڈال دیں اور تھوڑی دیر بعد انہیں بغیر پانی بھوننے کے لیے نکال لیں۔

اب پیاز کے گچھے کتریں۔

لہسن کے جوئے چیلیں، ادرک کو باریک کتریں پھر تھوڑی سی بلدی اور بڑی الائچی کے دانے گھی میں ڈال کے بھونیں

اور ان سب کو نمک، لال مرچ، دھنیہ، ادرک اور کالی مرچوں کے ساتھ ملا لیں۔

یہ مصالحہ اور چین کدو قلعے میں ڈال کر پہلے بھونیں پھر حسب ضرورت پانی دے کر پکائیں۔

آخر میں گرم مصالحہ ڈال دیں۔



اجزاء:

گوشت (پتلے پارچے)	:	آدھا کلو
پیاز (باریک کٹا ہوا)	:	ایک پاؤ
دہی	:	ایک پاؤ
گھی	:	آدھا پاؤ
کچا پیٹا	:	125 گرام
زیرہ، تل، خشخاش	:	60، 60 گرام
بھنے ہوئے پنے	:	125 گرام
لہسن	:	ایک گڈی
ادرک	:	ایک ٹکڑا اور میا نہ سائز

ترکیب:

- (۱) پیاز کو تھوڑے گھی میں لال کر کے نکال لیں۔ دیگر تمام مصالحے بھی اسی گھی میں تل کر نکال لیں۔ اب انہیں پیاز کے ساتھ سل پر باریک پیس لیں پھر اس میں پہلے پیٹا پیس کر ملائیے پھر پیاز ملائے ہوئے مصالحے شامل کر دیں۔
 - (۲) اب اس کو خوب اچھی طرح متھ لیں اور ادرک، لہسن، نمک اور دہی بھی ملا دیں۔
 - (۳) یہ مرکب گوشت کی بوٹیوں پر اچھی طرح ملیں اور دو گھنٹے کے لئے پڑا رہنے دیں۔
 - (۴) اب ان بوٹیوں کو اوون یا تھور میں کسی برتن میں رکھ کر روست کر لیں۔
- اگر سرخی آگئی ہو تو تور نکال لیجئے اور گرم گرم روٹی یا پرائیڈوں کے ساتھ پیش کریں۔

دہی پلاؤ

اجزاء



چاول ایک کلو
دہی ایک کلو
پیاز دو عدد
ہری مرچ سات عدد
لہسن تین جوئے
ادرک ایک چھوٹی سی گانٹھ
نمک حسب ذائقہ

ترکیب / اجزاء

ادرک لہسن پیس کر دہی میں ملا لیں اور ہری مرچ کاٹ کر اس میں حسب ضرورت نمک ملا کر یہ بھی دہی شامل کر لیں اور کچھ دیر رکھ دیں پھر پیاز کو گھی میں بھون لیں۔
جب لال ہو جائے تو دہی میں ڈال دیں اور دہی کو خوب ہلائی کہ دہی اور گھی الگ الگ ہو جائیں اب پانی کی مناسب مقدار میں چاول ڈال دیں اور جوش آنے پر چاول دم کر لیں دہی پلاؤ تیار ہے بہ شوق تناول فرمائیں۔

فروٹی کپ کیک

اجزاء:



میدہ	ڈیڑھ پیالی
انڈے	تین عدد
چینی	ایک پیالی
مکس فروٹ	ایک پیالی
فریش کریم	آدھی پیالی
ڈالڈا کوئنگ آئل	تین چوتھائی کپ

ترکیب:

ٹرن فروٹ استعمال کرنے کی صورت میں سب سے پہلے پھلوں کو ٹرن سے نکالیں اور اس کا پانی نکال کر پھلوں کو فرنیچ میں رکھ دیں، یا چاہیں تو حسب پسند تازہ پھلوں کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ کر فرنیچ میں رکھ کر ٹھنڈا کر لیں۔ کریم کو صاف خشک پیالے میں نکال کر اس میں ایک کھانے کا چمچ ڈال کر اسے فرنیچ میں رکھ دیں اور تین گھنٹہ ہونے پر اس الیکٹرک بیٹر سے پھینٹ لیں، پھر اس میں پھل ملا کر فرنیچ میں رکھ دیں۔ چینی کو چس کر ڈالڈا کوئنگ آئل میں ملا کر الیکٹرک بیٹر سے اتنی دیر پھینٹیں کہ وہ کریم کی شکل میں آجائے۔ انڈوں کو علیحدہ سے پھینٹ لیں پھر ڈالڈا کوئنگ آئل اور انڈوں کے یکسر کو ملائیں اور اس میں تھوڑا تھوڑا امیدہ ڈال کر بیٹر کو ہلکی سپیڈ پر چلاتے ہوئے ملا لیں۔ کپ کیک بنانے والے سانچوں میں پیپر کپ لگائیں اور اسے تیار کئے ہوئے یکسر سے آدھا بھر لیں۔ پہلے سے گرم کئے ہوئے اوون میں ان سانچوں کو 180°C پر دس سے بارہ منٹ کے لئے بیک کر لیں۔ اوون سے نکال کر مکمل ٹھنڈا کر لیں پھر پھل ملی ہوئی کریم سے سجائیں۔



اجزاء:

اُبلّا ہوا قیر مرغی کا	:	دو کپ
پیاز باریک کٹنا ہوا	:	ایک عدد
سویت چلی ساس	:	آدھا کپ
دہی	:	1/4 کپ
باریک کٹا ہوا دھنیا	:	دو کھانے کے چمچ
بریڈ کا مز	:	ڈیڑ کپ
آئل اسپرے یا تیل	:	تھوڑا سا
نمک	:	حسب ذائقہ
مومگ پھلی کا مکھن	:	ایک کھانے کا چمچ
سلاد کے پتے	:	تین سے چار عدد
فرچ فراز	:	حسب پسند

ترکیب:

- (۱) قیر، پیاز، دو کھانے والے چمچ چلی ساس، مومگ پھلی کا مکھن، نمک، دہی اور ایک کپ برائیڈ کرامز کو فوڈ پروسیسر یا چا پر میں ڈال کر باریک کر لیں اور ہرا دھنیا بھی ملا دیں۔ اس مرکب سے چار کباب تیار کر لیں۔ ان کو بریڈ کرامز میں رول کر کیا آدھے گھنٹے کے لئے فریج میں رکھ دیں۔
- (۲) اودن کی ٹرے کو ہلکا سا چمکا کر لیں۔ چاروں کباب ٹرے میں رکھ کر اوپر ہلکا سا تیل لگا دیں اور گرم اودن میں رکھ کر بیک کر لیں۔
- (۳) تقریباً پندرہ منٹ میں گولڈن براؤن ہونے پر نکال لیں اور بقیہ چلی ساس کے ساتھ پیش کریں۔

فیش پیٹریز

اجزاء:



پف پیٹری	آدھا کلو
مچھلی	آدھا کلو
نمک	حسب ذائقہ
پنسا ہوا بسن	ایک کھانے کا چمچ
پیاز	ایک عدد درمیان
ٹماٹر	چار سے چھ عدد
کالی مرچ گدڑی پیسی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
کٹی ہوئی لال مرچ	ایک کھانے کا چمچ
اجوائن	آدھا چائے کا چمچ

ترکیب:

فٹنرز یا چھوٹے سائز کی مچھلیوں کو صاف دھو کر رکھ لیں، پھر انہیں نمک، بسن اور کالی مرچ سے میرینیٹ کر کے رکھ دیں۔
 ٹیکنگ ٹرے میں ڈالڈا کو ٹنگ آئل لگا کر خشک میدہ چھڑکیں اور اس پر پف پیٹری کو ایک اچھ موٹی تیل کر لگا دیں۔
 بیاز کو بائیک چوپ کر کے ایک کھانے کے چمچ ڈالڈا کو ٹنگ آئل میں ہلکا سا نرم ہونے تک فرائی کریں۔

پھر اس میں چوپ کئے ہوئے ٹماٹر، نمک اور لال مرچیں ڈال کر ڈھک دیں، جب پانی خشک ہو جائے تو اچھی طرح بھون کر اس پر اجوائن چھڑک کر چوبے سے اتار لیں۔

پف پیٹری کو انگلیوں کی مدد سے اس طرح دبائیں کہ درمیان میں گڑھا سا بن جائے، اس میں ٹماٹر کا پیسٹ ڈال دیں اور پھینٹے ہوئے انڈے کو برش سے پف پیٹری کے کناروں پر لگا دیں۔

ٹماٹر کے پیسٹ کے اوپر میرینیٹ کی ہوئی مچھلی اور کئے ہوئے زیتون رکھ دیں اور اس ٹرے کو گرم اوون میں 200°C پر پندرہ سے بیس منٹ بیک کر لیں۔

پریزنٹیشن:

اپنے پسندیدہ جوس یا فروٹ سلاڈ کے ساتھ انجوائے کریں۔

نوٹ:

پف پیٹری بنانے کے لیے 300 گرام میدے کو پانی سے گوندھ کر تیل کر لیں اور اس کے اوپر 200 گرام مارجرین یا مکھن پھیلا کر لگا لیں اور اس کو تین فولڈ کر کے دس منٹ کے لیے فریزر میں رکھ دیں۔

پھر تیل کر خشک میدہ چھڑکیں اور دو بارہ سے تین فولڈ کر کے فریزر میں رکھیں۔ یہ عمل تین سے چار مرتبہ کریں، پف پیٹری تیار ہے۔

چیزی لیمنی کیک

اجزاء



مکھن دو سو گرام

کریم چیز دو سو گرام

لیموں کے چھلکے ایک کھانے کا چمچ

چینی ایک کپ

انڈے تین عدد

سیلف رائزنگ فلور سو اگپ

ونیلہ ایسنس ایک چائے کا چمچ

پیلا رنگ چند قطرے

آکسنگ شوگر چھڑکنے کے لئے

ترکیب/اجزاء

اوون کو ایک سو اسی ڈگری سینٹی گریڈ پر گرم ہونے کے لیے رکھ دیں۔

تواچ گولائی کے کیک مولڈ کو چکنا کر لیں۔

ایک پیالے میں مکھن، کریم چیز اور لیموں کے چھلکے ڈال کر اچھی طرح بیٹ کریں، یہاں تک کہ اس کا رنگ ہلکا ہو جائے۔

اب اس میں چینی ڈال کر اچھی طرح بیٹ کریں کہ آمیزہ نرم ہو جائے۔

اس میں ایک ایک کر کے تین انڈے شامل کریں اور ہلکی اسپینڈر پر مسلسل پھیلتے رہیں۔

پھر اس میں سیلف رائزنگ فلور ڈال کر ہلکی اسپینڈر پر مزید کچھ دیر بیٹ کریں۔

اس کے بعد وونیلہ ایسنس اور چند قطرے پیلا رنگ ڈال کے مکس کریں۔

اب یہ آمیزہ گرمیس کیے کیک مولڈ میں ڈال کے سپیل سے گرم اوون میں ایک گھنٹہ کے لئے بیک کریں۔

اب کیک کو تاروں کی جالی پر رکھ کے ٹھنڈا کریں۔

آخر میں تھوڑی سی آکسنگ شوگر چھڑک کر پیش کریں۔

شاہی کڑاہی

اجزاء:



پھول گوبھی	آدھا کلو
کاجر	ایک عدد
مٹر	ایک پیالی
فرنیج بیض	دس سے بارہ عدد
ٹماٹر	دو سے تین عدد
کالچ چیز	200 گرام
نمک	حسب ذائقہ
ادرک بسن پسا ہوا	ایک چائے کچچ
کٹی ہوئی لال مرچ	ڈیڑھ چائے کچچ
ٹا بہت دھنیا	ایک چائے کچچ
سفید زیرہ	ایک چائے کچچ
ٹا بہت لال مرچ	چار سے پانچ عدد
قصوری میتھی	ایک چائے کچچ
کالی مرچ گدڑی پسی ہوئی	ایک چائے کچچ
فریش کریم	آدھی پیالی
ہری مرچیں	حسب پسند
ہر ادھنیا	آدھی گھٹی
ڈالڈا کنولا آئل	آدھی پیالی

ترکیب:

تمام سبز یوں کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں اور ٹماٹر کے علاوہ سب کو ادھ گھا ہونے تک اُبال لیں۔
کڑاہی میں ڈالڈا کنولا آئل کو گرم کر کے اس میں ٹا بہت لال مرچوں کو ڈال کر کڑکڑائیں، پھر اس
میں ادرک بسن ڈال کر قرانی کریں۔

پھر ٹماٹر ڈال کر اتنی دیر قرانی کریں کہ ٹماٹر اچھی طرح گل جائیں، اُبلی ہوئی سبزیاں ڈال کر ملائیں۔
نمک، لال مرچ، بھنا ہوا کٹا ہوا دھنیا، زیرہ ادرک کالی مرچ ڈال کر ڈھک کر بھکی آٹھ پر پانچ سے سات
منٹ پکائیں۔

آخر میں اس میں قصوری میتھی، باریک کٹا ہوا ہر ادھنیا، ہری مرچیں، کالچ چیز کے چوکور ٹکڑے اور کریم
ڈال کر دم پر رکھ دیں۔

عربیین چکن و درائس

اجزاء



چکن لیگ پیس دو عدد

چکن بریسٹ دو عدد

چاول دو پیالی

گھی ایک پیالی

(پیاز دو عدد) (باریک کٹی ہوئی)

سفید سرکہ دو کھانے کے چمچ

ہری مرچ چار عدد

نمک حسب ذائقہ

(الائیچی چھ عدد) (کچلی اور چھوٹی)

دہی آدھی پیالی

ادرک لہسن کا پیسٹ ایک کھانے کا چمچ

(بادام دس عدد) (اُبلے ہوئے)

کشمش ایک پیالی

ترکیب / اجزاء

چکن لیگ پیس اور چکن بریسٹ کے دو ٹکڑے کر لیں۔

چاولوں کو سوکر بھگو دیں۔

ایک بڑی دبیچ میں گھی گرم کر کے اس میں پیاز گولڈن براؤن کر لیں۔

اب اسے ٹال کر چکن لیگ پیس اور چکن بریسٹ کے ٹکڑے ڈالیں اور پانی خشک کر لیں۔

پھراں میں سفید سرکہ، نمک، ہری مرچ، الائیچی، دہی اور ادرک لہسن کا پیسٹ ڈال کر خوب اچھی طرح بھونیں۔

اب بادام اور کشمش ڈال کر دو پارہ ہلکا سا بھونیں۔

پھر دسے تین تین پیالی پانی اور چاول ڈال کر پکے دیں۔

جب پانی میں اُبال آ جائے تو اسے دم پر رکھ دیں۔

بھاپ اوپر آ جائے تو مزے دار چاول تیار ہیں۔

ڈش میں نکال کر اوپر تلی پیاز ڈالیں اور سرو کریں۔

گرلڈفش

اجزاء



فش فلی دو عدد

سویا سوس دو کھانے کے چمچ

سفید سرکہ دو کھانے کے چمچ

مسٹرڈ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ

لیمون دو عدد

نمک حسب ذائقہ

عمی کالی مرچ ایک چائے کا چمچ

چاٹ مصالحہ تھوڑا سا

تیل دو سے تین کھانے کے چمچ

ترکیب/اجزاء

مچھلی کے فلی اچھی طرح دھو کر سویا سوس، سفید سرکہ، حسب ذائقہ نمک، مسٹرڈ پاؤڈر، عمی کالی مرچ اور لیمون کا رس لگا کر دس منٹ کے لیے رکھ دیں۔ اب گرلر گرم کر کے ذرا سا تیل لگائیں اور فلی کو گرل کر کے دونوں طرف سے سینک لیں۔ آخر میں انھیں اتار کر تھوڑا سا چاٹ مصالحہ چھڑک کر براؤن بریڈ کے ساتھ سرو کریں۔

مٹن بریانی

اجزاء



مٹن گوشت ایک کلو

چاول آدھا کلو

گھی تین چھٹانک

دہی ایک پاؤ

گرم مصالحہ ایک چمچ

پیاز چار عدد

ادرک پیسٹ ایک درمیانہ چمچ

ترکیب/اجزاء

۱۔ گوشت کے ٹکڑے صاف کر کے نمک پیاز اور ادرک لگا کر رکھ دیں
پھر گرم مصالحہ اور دہی گوشت پر لگا کر پتیلی میں رکھ دیں۔
اوپر سے تھوڑا سا گرم گھی ڈال کر ابلے ہوئے چاول ڈال دیں
پتیلی پر مضبوطی سے ڈھکن بند کر دیجیہا اور ہلکی آنچ پر پکائیے۔
چند منٹ بعد پانی خشک ہو جائے تو انہیں اوون کی ٹرے میں الٹ دیں۔
پندرہ منٹ تک اوون میں دم دینے کے بعد ڈش میں نکال لیں لڈیز مٹن
بریانی تیار ہے۔



اجزاء:

ایک عدد (تقریباً ڈیڑھ کلو ہو)	:	چھوٹے بکرے کی ران
ایک چھوٹی پیالی	:	سرکہ
آدھی چٹنا لک	:	ادرک (باریک پیا ہوا)
آدھ پاؤ	:	گھی
ایک چائے کا چمچ	:	سیاہ مرچ
حسب ذائقہ	:	نمک

ترکیب:

- (۱) ران کو کانٹے سے اچھی طرح گہرے کٹ لگائیں۔
- (۲) ادرک میں نمک، سیاہ مرچ اور سرکہ ملائیں اور یہ سب ران پر اچھی طرح مل دیں تاکہ پوری طرح اس پر لگائے گئے کنٹس میں جذب ہو جائے۔
- (۳) اسے تین گھنٹے کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ اور ایک بڑا سوس پین لیں اور اس میں گھی گرم کریں اور ران کو گھی میں ڈال کر پکائیں۔
- (۴) ران عام طور پر اپنے ہی پانی میں گل جاتی ہے لیکن اگر ضرورت پڑے تو تھوڑا پانی بھی لگا سکتی ہیں۔ تیار ہونے پر اتار لیں اور سلاد اور چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

آلوقیمے کا پراٹھا



اجزاء

چکن قیمہ ایک کپ اُٹا ہوا
(آلو ایک کپ اُٹے ہوئے)
(پیاز ایک عدد باریک کٹی ہوئی)
(ہری مرچ چار عدد باریک کٹی ہوئی)
آٹے یا میدے کے پیڑے چھ عدد
(سرخ مرچ ایک چائے کا چمچ کٹی ہوئی)
(دھنیا ایک چائے کا چمچ خالص)
سفید زیرہ ایک چائے کا چمچ
چاٹ مصالحہ آدھا چائے کا چمچ
گرم مصالحہ پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ
(انار دانہ ایک چائے کا چمچ کٹا ہوا)
نمک حسب ضرورت
ہرا دھنیا پودینہ حسب ضرورت
دلی گھی فراٹنگ کے لیے

ترکیب / اجزاء

چکن قیمہ، آلو اور تمام مصالحوں کو اچھی طرح مکس کر لیں۔
بٹے ہوئے پیڑوں کو تھوڑا سا تیل لیں۔
ایک نیلے ہوئے پیڑے کے اوپر چکن اور آلو کا آمیزہ پھیلائیں اور پھر دوسرا پیزا تیل کر اوپر رکھ کر کنارے اچھی طرح بند کر دیں۔
اب اس کو مزید تیل لیں۔
گرم تیل سے پر گھی لگا کر پراٹھا تیل لیں۔
دلی گھی لگا کر پودینے کی چٹنی کے ساتھ سرو کریں۔

ہری پیاز اور آلو کا سوپ

اجزاء:

دو عدد	:	ہری پیاز (باریک کی ہوئی)
ڈیڑھ کلو	:	ہڈیوں کی پٹنی
کھانے کا ایک چمچ	:	مکھن
ایک پاؤ	:	آلو (چھوٹے ٹکڑے)
دو عدد	:	انڈوں کی زردیاں
ایک چائے کا چمچ	:	ثابت گرم مصالحہ
آدھا کپ	:	دودھ

ترکیب:

- (۱) پیاز کو مکھن میں ڈالیں اور اسے ہلکی آگ پر نرم کر لیں۔
اس کو سرخ نہ ہونے دیں آلو ڈالیں۔ اس کے ساتھ ہی گرم مصالحہ ڈالیں
اور ان سب چیزوں کو بھون لیں۔
اس کے بعد پٹنی اور نمک ڈال دیں۔ جب پیاز اور آلو اچھی طرح گل چکیں تو
سوپ کو چھان لیں۔ اگر اسکو گاڑھا کرنا مقصود ہو تو آلو اور پیاز نہ نکالیں
بلکہ ان کو پٹنی کے اندر ہی کوٹ لیں۔
- (۲) اُبال آنے پر آدھا کپ دودھ ڈالیں اور دواٹوں کی زردی پھینٹ کر ڈال دیں۔
دومنٹ کے بعد برتن میں نکال لیں اور ہری پیاز کاٹ کر
اور اس کے ساتھ سجا کر گرم گرم پیش کریں۔



اجزاء:

دو کھانے کے چمچ	:	کھن یا مارجرین
ایک عدد (درمیانے سائز کا)	:	پیاز (باریک کٹا ہوا)
دو کھانے کے چمچ	:	کارن فلور
اڑھائی کپ	:	دبئی ٹیبل سٹاک
ایک کپ	:	آبلی اور پیسی ہوئی پالک
ایک کپ	:	اپیل سوس
ایک کپ	:	دودھ
پسی ہوئی	:	نمک، سیاہ مرچ
حسب خواہش	:	لیموں کا عرق، سادہ دہی
تھوڑا سا	:	دھیانے کی سے پسا ہوا

ترکیب:

- (۱) ایک بڑے سوس پیٹن میں کھن کو گرم کریں اور اس میں پیاز ڈال کر فرائی کریں یہاں تک کہ پیاز نرم ہو جائیں۔ اس میں کارن فلور شامل کریں اور گاڑھا ہونے تک ہلاتے رہیں۔ اب آہستہ آہستہ سٹاک ڈالیں اور پیچھ ہلاتے رہیں دس منٹ تک اسے جوش دیں اب اس میں پالک شامل کریں اور گلنے تک پکاتے رہیں۔ تھوڑا ٹھنڈا ہونے پر اپیل سوس ملا دیں
- (۲) اب تمام اجزاء کو ایک فوڈ پروسسر میں رکھیں اور قاس وقت بلینڈ کریں تاکہ ایک جیسا ہو جائے۔ اسے دو پارہ سوس پیٹن میں ڈالیں اور دودھ ڈال کر نرم آئچ پر پکائیں۔ اس کے بعد ڈالتے کے لیے نمک مرچ اور لیموں کا عرق ملا دیں۔ سوپ تیار ہے۔



اجزاء:

چنے	:	دو کپ (اُبلے ہوئے)
پیاز	:	ایک عدد (درمیانہ)
تیل	:	دو کھانے کے چمچ
ہری مرچ	:	دو عدد (باریک کاٹ لیں)
دھنیا، پودینہ	:	تھوڑا سا
انار دانہ، زیرہ	:	آدھا آدھا چائے کا چمچ
نمک	:	حسب ذائقہ
چاٹ مصالحہ، کٹھنائی	:	آدھا آدھا چائے کا چمچ
گٹھی ہوئی لال مرچ	:	آدھا چائے کا چمچ
پسی ہوئی لال مرچ	:	آدھا چائے کا چمچ
اٹلی کا پانی	:	آدھا کپ

ترکیب:

- (۱) گرم تیل میں آدھے پیاز ڈال کر نرم کر لیں۔
- (۲) دھنیا، پودینہ اور ہری مرچ ڈال کر تھوڑی دیر پکائیں۔
- (۳) پھر زیرہ، انار دانہ، نمک، چاٹ مصالحہ، کٹی ہوئی لال مرچ، پسی ہوئی لال مرچ، پسی ہوئی کٹھنائی، چٹا اور اٹلی کا پانی ڈال دیں اور چوبلے سے اتار لیں۔
- (۴) کچی پیاز ڈال کر کس کر لیں اور پلیٹ میں نکال کر پیش کر دیں۔

بند گو بھی آلو مصالحہ مکس

اجزاء



بند گو بھی آدھا کلو

آلو آدھا کلو

میٹک ایک چٹکی

لہسن کے جوے چار عدد

مکھن پچاس گرام

ٹماٹر دو سو پچاس گرام

(کالی مرچ ایک چائے کا چمچ (مٹی ہوئی)

(ادرک ایک کھانے کا چمچ (باریک کٹی ہوئی)

سونف آدھا چائے کا چمچ

ہلدی آدھا چائے کا چمچ

نمک آدھا چائے کا چمچ

زیرہ دو چائے کا چمچ

(ہری مرچ دو کھانے کے چمچ (باریک کٹی ہوئی)

تیل چار کھانے کے چمچ

ترکیب / اجزاء

آلوؤں کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کریں اور گرم تیل میں فرائی کر کے نکال لیں۔

اب بند گو بھی کو باریک کاٹ کر دو کپ پانی میں ہلدی کے ساتھ اُبال لیں۔

پھر بیچ ہوئے تیل میں ٹماٹر، ادرک، باریک کٹی ہوئی مرچ، نمک، زیرہ

، میٹک، سونف اور لہسن کے جوے ڈال کر اچھی طرح بھون لیں۔

اس کے بعد گو بھی کو چھان کر آلوؤں میں شامل کر کے مکس کر لیں۔

آخر میں اس پر مکھن اور مٹی کالی مرچ ڈال کر دس منٹ دم پر رکھیں اور سرو کر دیں۔

چائینیز پین کیک

اجزاء:



میدہ	ڈیڑھ پیالی
نمک	حسب ذائقہ
انڈے	دو عدد
دودھ	حسب ضرورت
کالی مرچ پیسی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
پکن کا بہنا قیمہ	ایک پیالی
شملہ مرچ (باریک کٹی ہوئی)	دو کھانے کے چمچ
گاجر (کشی ہوئی)	دو کھانے کا چمچ
ہری پیاز (باریک کٹی ہوئی)	دو کھانے کا چمچ
سویا ساس	دو کھانے کے چمچ
سرکہ	ایک کھانے کا چمچ
ڈالڈاس فلاؤ رائٹل	حسب ضرورت

ترکیب:

انڈوں کو بڑے پیالے میں پھیلت کر اس میں نمک اور کالی مرچ ڈالیں، پھر اس میں تھوڑا تھوڑا چھان کر رکھا ہوا میدہ شامل کر لیں، آخر میں اتنا دودھ ملائیں کہ پتلا سا آمیزہ بن جائے۔

قیے میں کٹی ہوئی ہزیاں ڈال کر ہلکا سا بھونیں، سرکہ اور سویا ساس ڈال کر چولپے سے اُتار کر ٹھنڈا کرنے رکھ دیں۔

صاف ستھرے خشک پین میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈاس فلاؤ رائٹل ڈال کر اچھی طرح پھیلا لیں اور پین کو ہلکا سا گرم کر لیں، اس میں ایک چوتھائی پیالی پین کیک کا آمیزہ ڈالیں اور ایک سے ڈیڑھ منٹ پکنے دیں۔

پھر اس پر ایک کھانے کا چمچ قیمہ پھیلا کر رکھیں اور اوپر سے ایک چوتھائی پیالی آمیزہ ڈال کر نیچے والے پین کیک کے برابر پھیلا لیں، اس کو احتیاط سے پلٹ کر دوسری طرف سے بھی سنہرا کر لیں۔

بینگن کا بھرتہ

اجزاء



بینگن آدھا کلو

نمک حسب ذائقہ

مرچ حسب ذائقہ

ہر ادھنیا حسب ذائقہ

ہری مرچ حسب ذائقہ

گھی ایک بڑا چمچ

پیاز ایک بڑی ڈلی

ترکیب / اجزاء

بینگن کو ابال کر چھلکا اتار کے سل پر باریک پیس لیں پھر ان میں پیسی ہوئی مرچیں اور نمک ملا لیں۔
اب ایک پتیلی میں پیاز کے لچھے سرخ کر کے پسے ہوئے بینگن ڈال کر بیس منٹ تک بھون کر اتار لیں
اور اوپر سے ہر مرچ اور ہر ادھنیا کاٹ کر چھڑک دیں۔
اگر آپ زیادہ مرچوں کے شوقین ہیں تو زیادہ ڈال سکتے ہیں۔

فلفی چاکلیٹ کیک



اجزاء

میدہ ایک کپ

بیکنگ پاؤڈر ڈیڑھ چائے کچ

کھنن ایک سو پچیس گرام

کو کو پاؤڈر دو کھانے کے چ

دودھ آدھا کپ

انڈے دو عدد

چینی تین چوتھائی کپ

آئسک کے لئے

کریم ایک پیٹ

کو کو پاؤڈر دو کھانے کے چ

براؤن شوگر دو کھانے کے چ

آئسک شوگر ایک کپ

اسٹرابیری سجاوٹ کے لئے

ترکیب / اجزاء

آٹھ انچ کے سانچے کو پچنا کر کے ایک طرف رکھ دیں اور اون کو 170 ڈگری پر دس منٹ کے لئے پری ہیٹ کر لیں۔

میدہ اور بیکنگ پاؤڈر ایک پلیٹ میں چھان لیں۔

ایک ساس چین میں مکھنن کو پاؤڈر اور دودھ کو تار گرم کریں کہ مکھنن پھل جائے لیکن بال نا آئے۔

الیکٹریک بیٹر سے انڈے پھیلتے ہیں جب جھاگ بن جائے تو چینی شامل کر کے بیٹ کریں۔

اب اس میں میدہ اور کو کو پاؤڈر ڈال کر مزید یکس کریں کہ کوئی گھٹلی نار ہے۔

آئیر دسانچے میں ڈال کر اون میں رکھیں اور 170 ڈگری پر 25-30 منٹ بیک کریں۔ ٹیک میں چھری ڈال کر

چیک کر لیں اگر صاف باہر آئے تو ٹیک تیار ہے۔

ٹیک اون سے نکال کر پانچ منٹ سانچے میں رہنے دیں اور پھر باہر نکال لیں۔

آئسک کے لئے: ایک ساس چین میں دو کھانے کے چ مکھنن کو کو پاؤڈر اور براؤن شوگر پچائیں جب تہی سی

چہٹ بن جائے تو آٹھ سے بتالیں۔

اب اس میں آہستہ آہستہ آئسک شوگر ملائیں۔ ٹیک کو اس آئسک سے کور کر دیں۔ باقی کریم اور اسٹرابیری سے سجا کر

غضار کے پیش کریں۔



چاول کے لئے:

قلندری دال چاول

اجزاء:

اصلی گھی ----- 3 کھانے کے چمچ
چھوٹی الائچی ----- 3 عدد
لونگ ----- 2 عدد
نمک ----- حسب ذوق
چاول ----- 1 کلو
لہسن ----- 4 جوئے
زیرہ ----- 1 چائے کا چمچ
اجوائن ----- 4/1 چائے کا چمچ

مسور کی دال ----- 1-2/1 کپ
ماش کی دال ----- 2/1 کپ
نمک ----- حسب ذوق
پسی لال مرچ ----- 1-2/1 کھانے کا چمچ
بلدی ----- 1 چائے کا چمچ
کنے ٹمائے ----- درمیانے 3 عدد
سوکھی قصوری میتھی ----- 2 کھانے کے چمچ

ترکیب:

ایک دیگچی میں مونگ کی دال ، مسور کی دال اور ماش کی دال ڈال در حسب ضرورت پانی شامل کریں۔

أبال آنے پر اس میں نمک، پسی لال مرچ ، بلدی ، ٹمائے، سوکھی قصوری میتھی اور پسا گرم مصالحہ شامل کرکے دال گلائیں۔

اوپر سے اصلی گھی میں لہسن ، زیرے اور اجوائن کا تڑکا ہنا کر لگائیں۔

چاولوں کے لئے اصلی گھی گرم کریں۔

اس میں لونگ اور الائچی کڑکرائیں اور حسب ضرورت پانی شامل کرکے چاولوں کو دم پر رکھ دیں۔

برائی تیار ہے

سلاد، رائے، کچور یا آلو بخارے کی چننی کے ساتھ پیش کریں۔

دالوں کو 1/2 گھنٹے پہلے بھگو دیں۔

الایچی دارقورمہ



اجزاء

گوشت آدھا کلو
الایچیاں آدھا پاؤ
نمک حسب ذائقہ
مرچ آدھی چھٹانک
دھنیا آدھی چھٹانک
لہسن ایک پوتھی
ادرک آدھی چھوٹی ڈلی

ترکیب/اجزاء

الایچیوں کے دانے نکال لیں اور انہیں پانی میں پیس کر رکھ لیں مصالحہ بھونیں اور پھر اس میں گوشت ڈال کر بھونیں۔
جب گوشت گل جائے تو الایچی کے پسے ہوئے دانے اس میں ڈال دیں اگر دم پر رکھنے کی ضرورت سمجھیں تو چند رہ منٹ تک دم پر رکھیں پھر پتیلی چوبے سے اتار لیں۔

گرل ویجی ٹیبل فش



اجزاء

فش فلے آدھا کلو
تیل حسب ضرورت
لیموں کا رس ایک کھانے کا چمچ
اورنج جوس ایک چوتھائی کپ
مسٹرڈ پیسٹ ایک کھانے کا چمچ
لہسن کا پیسٹ ایک کھانے کا چمچ
وویسٹروس دو کھانے کے چمچ
سفید مرچ ایک چوتھائی چائے کا چمچ
پسی ہوئی نمک حسب ذائقہ
کالی مرچ آدھا چائے کا چمچ پسی ہوئی
میتھی آدھا چائے کا چمچ خشک اور لیگانو آدھا چائے کا چمچ
تورٹی ایک عدد
شملہ مرچ ایک عدد
ٹماٹر ایک عدد
پیاز ایک عدد درمیانی
ہرے لوہیا ایک پاؤ

ترکیب / اجزاء

سپائش فلو کو بڑے بڑے ٹکڑوں میں کاٹ کر ایک طرف رکھ دیں۔ اب ایک پیالے میں تیل، لیموں کا رس، اورنج جوس، مسٹرڈ پیسٹ، لہسن پیسٹ، وویسٹروس، سفید مرچ، نمک اور کالی مرچ شامل کر کے اچھی طرح مکس کر لیں۔ پھر اس میں خشک میتھی اور اور لیگانو شامل کر کے فشر کویری نیٹ کر لیں اور ایک طرف رکھ دیں۔ اب تورٹی، شملہ مرچ، ٹماٹر اور پیاز کو سلائس کر لیں۔ ہرے لوہیا کو تھوڑے سے پانی میں ابال لیں۔ اب گرل چین آن کر کے مچھلی کے ٹکڑوں کو دونوں طرف سے اچھی طرح سے گرل کر لیں۔ جب دونوں طرف سے سنہرا رنگ آجائے تو نکال کر ایک طرف رکھ دیں۔ اب تمام ہزیوں کو پیچے ہوئے سوس میں میری نیٹ کر کے گرل کر لیں۔ اب ٹمپلر پر گرل کی جوئی ہزی اور مچھلی رکھ کر سرو کریں۔

پوری



اجزاء

میدہ ایک کپ
آٹا ایک کپ
نمک آدھا چائے کا چمچ
تیل چار کھانے کے چمچ
بیکنگ پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ
پانی گوندھنے کے لیے
تیل تانے کے لیے

ترکیب / اجزاء

پہلے میدہ، آٹا، نمک، تیل اور بیکنگ پاؤڈر ملا کر پانی سے اچھی طرح گوندھ لیں۔
اب ڈوکی پوریاں بنا کر گرم تیل میں ڈیپ فرائی کر لیں۔
گرم گرم سرو کریں۔

بیکڈ فش ان بنانا لیوز

اجزاء



فش فلے آدھا کلو
کو کوئٹ ملک ایک کپ
ریڈ کری پیسٹ دو کھانے کے چمچ
چینی ایک چائے کا چمچ فش
سوس تین کھانے کے چمچ
لیموں کے پتے پانچ عدد
کیلے کے پتے چار سے پانچ عدد
مکس ویجی ٹیبلر دو سو گرام (سلائس یا کٹی ہوئی
(لال مرچ دو سے تین عدد) (سلائس کی ہوئی)

ترکیب/اجزاء

ایک پیالے میں کو کوئٹ ملک، ریڈ کری پیسٹ، چینی، فش سوس اور لیموں کے پتے شامل کر کے اچھی طرح مکس کریں۔ اب اس میں فش فلے شامل کر کے اچھی طرح میری نیٹ کر لیں اور بچھیں سے تیس منٹ تک چھوڑ دیں۔ ایک بیکنگ ٹرے پر کیلے کے پتوں کو سیٹ کر کے ان پر مکس ویجی ٹیبلر کو بچھا دیں۔ پھر ان پر پہلے سے میری نیٹ کی ہوئی فش کو رکھیں اور بچا ہوا مہالہ اوپر سے ڈالیں۔ اب ان کے بیکٹ بنا کر نو تھ پکس سے بند کریں اور بیکنگ ٹرے میں رکھ کر پہلے سے گرم اوون میں دو سو ڈگری سینٹی گریڈ پر بیس سے بچھیں منٹ کے لیے بیک کر لیں یا پھر اسٹیم کر لیں۔ اب بیکنگ ٹرے سے فش کے بیکٹس نکال کر سرونگ ڈش میں ڈالیں۔ پھر اوپر سے لال مرچ کے سلائس سے گارنش کر کے سرو کریں۔



سم تندوری کباب

اجزاء:

چکن	: ایک عدد (آٹھ کلوڑے کر لیں)
انڈا	: ایک عدد
لہسن، ادرک پیسٹ	: دو کھانے کے چمچ
میدہ	: آدھا کپ
سویا سوس	: دو کھانے کے چمچ
نمک	: ایک چائے کا چمچ
کالی مرچ	: ایک چائے کا چمچ
سفید تل	: تین کھانے کے چمچ
اجینو موتو	: آدھا چائے کا چمچ
دہی	: آدھا چائے کا چمچ

ترکیب:

- (۱) انڈے میں دہی، لہسن، ادرک، سویا سوس، کالی مرچ، نمک وغیرہ اچھی طرح کس کر کے چکن کے کلوڑے ڈبو کر رکھ دیں۔ میدے اور تل میں تھوڑا نمک، کالی مرچ اور اجینو موٹو ملا لیں۔ اب چکن کے کلوڑے نکال کر اس میدے اچھی طرح ڈپ کریں۔
- (۲) بیکنگ ٹری میں تھوڑا سا آئل لگا کر تمام کلوڑے نکال کر اس میں رکھ لیں اور چالیس منٹ تک تین سو پچاس ڈگری پر بیکنگ کریں۔ سلاکس اور سلاڈ کے ساتھ سرو کریں۔



فروت یوگرٹ

اجزاء:

دہی	:	1 کلو
پائٹ اپل کیوبز	:	1 ڈبہ
کنڈینسڈ ملک	:	1 ڈبہ
تازہ کریم	:	1 پیکٹ
پائٹ اپل جیلی پاؤڈر	:	1 پیکٹ
جیلٹن پاؤڈر	:	1 کھانے کا چم

ترکیب :

- (۱) جیلٹن پاؤڈر دو کھانے کے چمچ ٹھنڈا لے کر گول لیں
ایک پین میں پانی گرم کریں جب بھاپ آنے لگے
تو جیلٹن کا برتن گرم پانی کے اوپر رکھ کر پکالیں۔
- (۲) اب ایک پیالے میں دہی، کنڈینسڈ ملک اور جیلی پاؤڈر اچھی طرح ملا لیں۔
کانٹے کی مدد سے پھینٹ لیں
پھر کریم اور پائٹ اپل کیوبز ملا لیں۔
کھلی ہوئی جیلٹن ملا کر دوبارہ ہلکا سا پھینٹ لیں اور فریج میں جمانے رکھ دیں۔
یہ میٹھا جتنا ٹھنڈا ہوگا اتنا ہی مزیدار ہوگا۔



مغلّی مرچی مصالحہ

اجزاء:

6 سے 7 عدد	:	موٹی مرچ
دو عدد (رس نکال لیں)	:	لیموں
ایک چائے کا چمچ	:	کھٹائی (پسی ہوئی)
ایک چائے کا چمچ	:	دھنیا (پسا ہوا)
آدھا چائے کا چمچ	:	زیرہ (پسا ہوا)
آدھا چائے کا چمچ	:	لال مرچ (کٹی ہوئی)
آدھا، آدھا چائے کا چمچ	:	چاٹ مصالحہ، لال مرچ پاؤڈر
ایک چوتھائی چائے کا چمچ	:	ہلدی
حسب ذائقہ	:	نمک
دو کھانے کے چمچ	:	تیل

ترکیب:

- (۱) فرائی پین تیل اور تمام مصالحے بھون لیں تھوڑا سا پانی بھی شامل کر لیں۔
- (۲) ہری مرچیں درمیان سے کاٹ کر ان میں یہ مصالحہ بہت کم مقدار میں بھر لیں۔
- (۳) ان مرچوں کو باقی مصالحے میں شامل کر کے دو سے تین منٹ تک دم دیں۔
- (۴) لیموں کا رس ڈال کر مکس کر لیں اور پلیٹ میں نکال کر پیش کریں۔

مزیدار ویکیشیل بریانی

اجزاء



مٹر کی پھلیاں دو سو پچاس گرام (دائے نکال لیں)
 دال چنا ایک سو گرام (نپال لیں)
 گاجر دو سو پچاس گرام (کاٹ لیں)
 پھلیاں دو سو پچاس گرام (کاٹ لیں)
 چاول پانچ سو گرام (بھلو لیں)
 پیاز تین عدد (سلاسر کاٹ لیں)
 فریش سرخ مرچ دو عدد (سلاسر کاٹ لیں)
 لہسن تین عدد (چپ کر لیں)
 سبز الائچی چھ عدد (دائے نکال لیں)
 اورک ایک چائے کا چمچ (کٹا ہوا)
 پودینا ایک کھانے کا چمچ (کٹا ہوا)
 ہلدی ایک چائے کا چمچ
 زیرہ دو کھانے کے چمچ
 لہسن پانچ جوئے (کٹا ہوا)
 لہسن چھ جوئے
 دارچینی چار چمچ کاٹکڑا
 نمک حسب ذائقہ
 آئل حسب ضرورت

ترکیب/اجزاء

تھوڑا سا آئل گرم کر کے پیاز بکلی فرائی کریں۔
 پھر سرخ مرچ، اورک، لہسن اور زیرہ ڈال کر ایک دو منٹ فرائی کریں۔
 دال چنا، مٹر، گاجر اور پھلیاں ڈال کر مزید تھوڑا سا فرائی کریں۔
 پھر ٹماٹر، پودینہ، نمک، ہلدی، دارچینی، سبز الائچی اور لہسن کے
 جوئے شامل کر کے بھونیں اور پانی ڈال دیں۔
 پانی اُبلنے لگے تو چاول شامل کر کے پکا لیں۔
 پانی خشک ہونے لگے تو دم لگا دیں۔
 تیار ہونے پر گرم گرم سرور کریں۔



اجزاء:

50 گرام (باریک ہسی ہوئی)	:	ماش کی دال
ایک چوتھائی چائے کا چمچ	:	بیکنگ پاؤڈر
آدھا چائے کا چمچ	:	چاٹ مصالحہ
دو کھانے کے چمچ	:	تیل
4 کھانے کے چمچ	:	دہی
آدھا کپ	:	دودھ
دو کھانے کے چمچ	:	چینی
حسب ذائقہ	:	نمک
آدھا چائے کا چمچ	:	زیرہ پاؤڈر

ترکیب:

- (۱) ہسی ہوئی ماش کی دال میں نمک، زیرہ پاؤڈر اور بیکنگ پاؤڈر ڈال کر پھیٹ لیں اور 15 منٹ رہنے دیں۔
- (۲) گرم تیل میں دہی بڑے تل کے نکال لیں۔ اور ٹھنڈے پانی میں ڈال دیں۔
- (۳) پانچ منٹ بعد ان کو چھلنی میں ڈال کر منتھار لیں۔
- (۴) ایک پیالے میں دہی برے رکھیں دہی میں دودھ چینی اور نمک مکس کریں اور دہی بڑوں کے اوپر ڈال دیں۔ پھر اوپر سے چاٹ مصالحہ چھڑک دیں۔